

ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ У ВОДОЁМОВ



Не загрязняйте берега водоёмов (банками, бутылками, упаковками). Консервные банки могут лежать на земле 90 лет, полиэтилен разлагается примерно через 80-90 лет, а стекло практически вечно.



Не мойте машины на берегу и на мелководье (загрязнители попадут в воду и вызовут нарушения многих процессов в водоёме).



Не споласкивайте канистры из-под бензина в водоёме.



Не рвите белые кувшинки, жёлтые кубышки и другие растения, растущие в водоёме, они являются украшением водоёма и необходимы другим водным обитателям.

Не лови раков и двустворчатых моллюсков!





Не пейте сырую воду из незнакомых источников там могут быть болезнетворные микроорганизмы и вредные для здоровья вещества.



Береги лягушек и головастиков!



Не лови стрекоз!





Не разрушай жилища ондатр и бобров!

Не вылавливайте рыбы больше, чем 5 кг за сутки. Эта норма установлена для сохранения численности рыб в водоёмах.





Не используй варварские орудия лова: бредни, остроги, сети – они недостойны человека разумного, доброго, экологически грамотного.



Не купайтесь в холодную погоду, вы можете простудиться.

Остерегайтесь теплового удара и солнечных ожогов при загорании на берегу, потому что прохлада от воды и отражение солнечных лучей создают обманчивое представление об условиях окружающей среды.

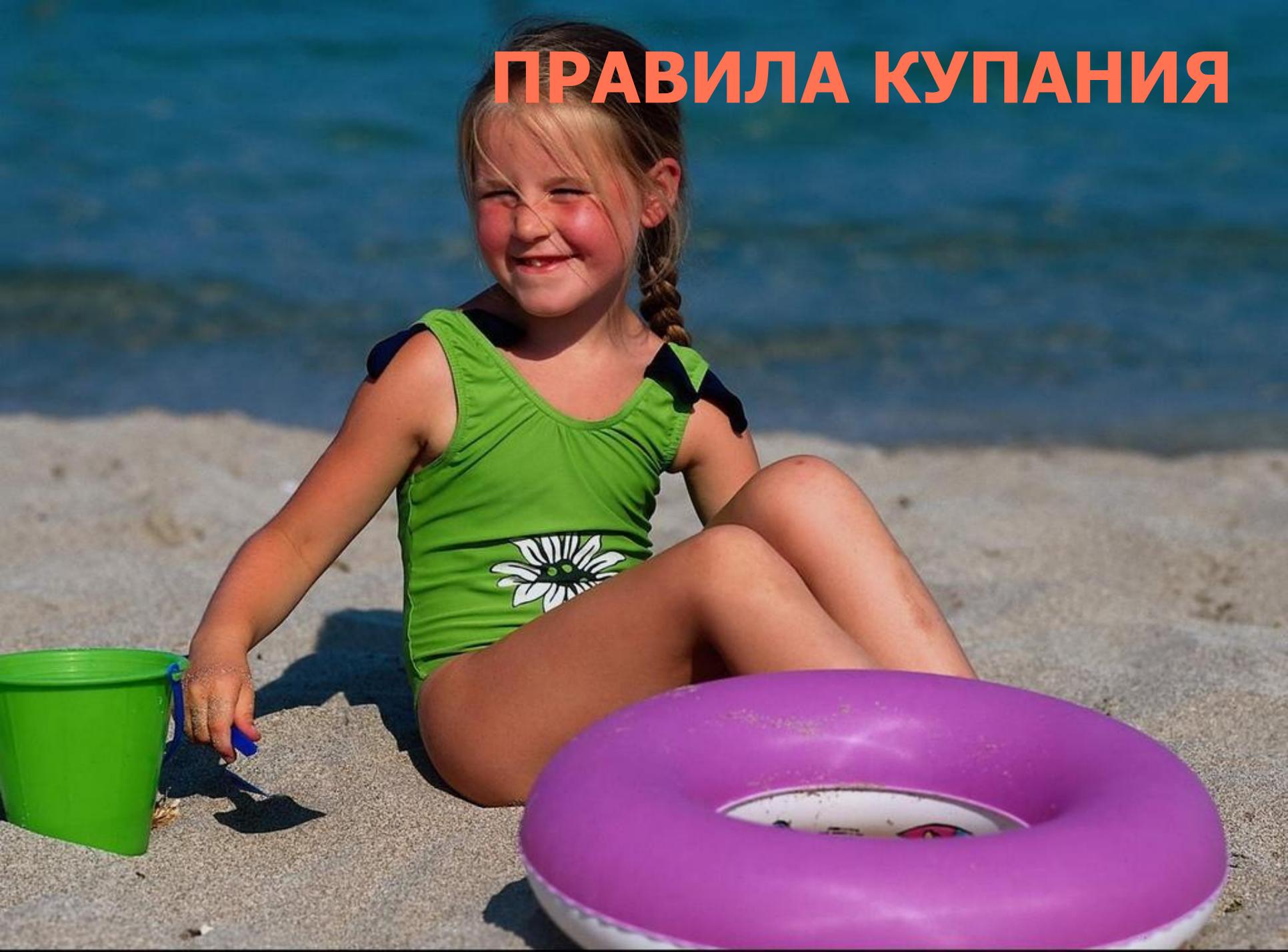




**Не ходи по слабому льду водоёма:
можно упасть в ледяную воду.**



ПРАВИЛА КУПАНИЯ



Памятка

1. Если что-то произошло в воде, никогда не пугайся и не кричи. Во время крика в твои легкие может попасть вода, а это как раз и есть самая большая опасность.
2. Не плавай в одиночку: в случае опасности товарищ поможет тебе.
3. Не следует плавать сразу после еды.
4. Не балуйся в воде, не дерись, не устраивай шумную возню.
5. Не плавай в незнакомом месте без взрослых.
6. Не ныряй в незнакомом месте.
7. Не плавай в очень холодной воде.
8. Не плавай в грязной воде.

Необходимо помнить правила безопасного поведения на воде:

- купаться и загорать лучше на оборудованном пляже;
- если вы не умеете плавать, не следует заходить в воду выше пояса;
- находится в воде не более 15–20 минут, при переохлаждении могут возникнуть судороги;
- нельзя нырять с мостов, пристаней даже в тех местах, где ныряли прошлым летом, так как за год мог понизиться уровень воды или было что-то брошено в воду;
- прыгать с берега в незнакомых местах категорически запрещается;
- нельзя заплывать за буйки, так как они ограничивают акваторию с проверенным дном — там нет водоворотов;
- если вы оказались в водовороте, не теряйтесь, наберите больше воздуха в легкие и погрузитесь на глубину, сделав сильный рывок в сторону, всплывите на поверхность воды;
- нельзя заплывать далеко, так как можно не рассчитать своих сил, чтобы вернуться к берегу;

- если вы почувствовали усталость, не стремитесь как можно быстрее доплыть до берега, «отдохните» на воде, лежа на спине или спокойно расправив руки и ноги, закрыть глаза, лечь головой на воду и расслабиться;
- опасно подныривать друг под друга, хватать за ноги, пугать, сталкивать в воду и заводит на глубину не умеющих плавать;
- если вас захватило сильное течение, не стоит пытаться бороться с ним, надо плыть вниз по течению под углом, приближаясь к берегу;
- опасно купаться в воде ниже $+17-19^{\circ}\text{C}$;
- не следует купаться в шторм;
- не следует купаться ночью.





конец