

ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ У ВОДОЁМОВ



ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ У ВОДОЁМОВ

ПРАВИЛА КУПАНИЯ



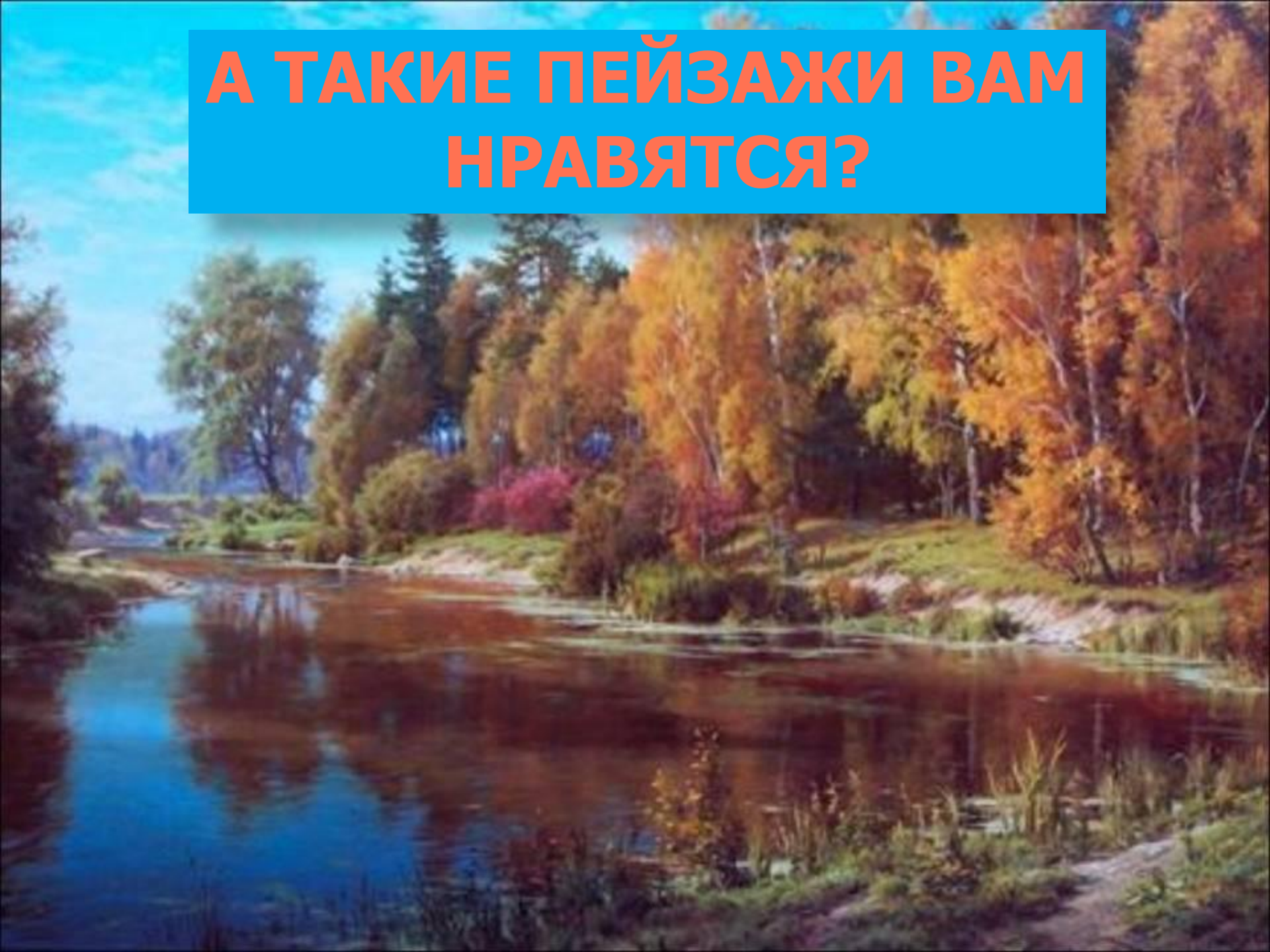
ВАМ ПРАВЯТСЯ ТАКИЕ КАРТИНКИ?



ХОТЕЛИ БЫ ВЫ ЗДЕСЬ ОТДОХНУТЬ?



**А ТАКИЕ ПЕЙЗАЖИ ВАМ
НРАВЯТСЯ?**







**ЧТОБЫ СОХРАНИТЬ ТАКУЮ
КРАСОТУ, НУЖНО СОБЛЮДАТЬ
РЯД ПРАВИЛ.**



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 неизвестных 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.**



ПРИДУМАЙ НАЗВАНИЕ ЗНАКУ



Не рви кувшинки!



Не лови стрекоз!



**Не лови раков и
двустворчатых моллюсков!**



Не рви кувшинки!



Не бросай мусор в воду!



**Не мой машины у
водоёмов!**

ПРОГУЛКА С. МИХАЛКОВ

Мы приехали на речку
Воскресенье провести,
А свободного местечка
Возле речки не найти!

Тут сидят и там сидят:
Загорают и едят,
Отдыхают, как хотят,
Сотни взрослых и ребят.

Мы по берегу прошли.
Но на солнечной полянке
Тут и там – пустые банки
И, как будто нам назло,
Даже битое стекло.



**Мы по бережку прошли,
Место новое нашли.**

**Но и здесь до нас сидели;
Жгли костёр, бумагу жгли –
Тоже пили, тоже ели,
Насорили и ушли!**

**Мы прошли, конечно, мимо...
-Эй, ребята!-
крикнул Дима. –
Вот местечко хоть куда!
Родниковая вода!
Чудный вид!
Прекрасный пляж!
Распаковывай багаж!**



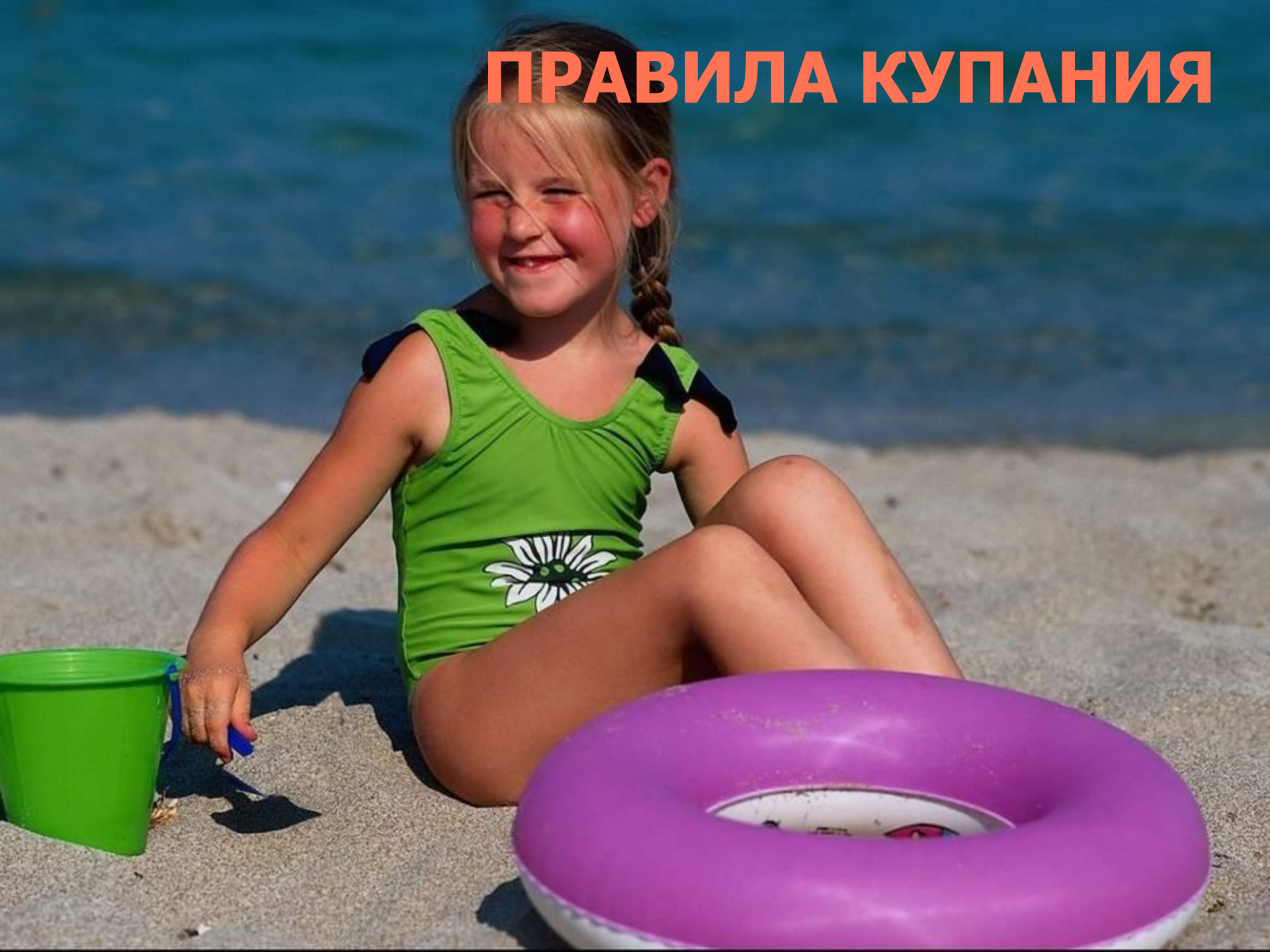
**Мы купались, загорали,
Жгли костёр,
В футбол играли –
Веселились , как могли!
Пили квас, консервы ели,
Хоровые песни пели...
Отдохнули и ушли!**

**И остались на полянке
У потухшего костра:
Две разбитых нами склянки,
Две размокшие баранки –
Словом, мусора гора!**

**Мы приехали на речку
Понедельник провести,
Только чистого местечка
Возле речки не найти.**



ПРАВИЛА КУПАНИЯ



**Вот и реченька бежит,
Бережок песчаный.
Искупаться не спеши:
Ох, получишь раны!
Видишь знак на берегу?
Значит, здесь опасно.
Пляж специальный поищи –
Там, где безопасно!**



Там спасатели, медпункт,
Зонтики, шезлонги.
Сможешь там ты провести
День весь летний долгий.
Ты с крутого бережка
Прыгать не пытайся.
Где проверенное дно –
Там ныряй, купайся.





**Круг и мячик надувной
Очень ненадежны,
И матрас на глубине
Не поможет тоже.
Ты всегда культурным будь:
Не бросай бумагу.
На траве, песке, в воде –
Не сори, дружок нигде!
Сам здесь будешь отдыхать:
Загорать, играть, нырять!**



**Если ты покушал плотно,
В воду сразу не иди.
Полежи-ка ты в тенечке,
Посиди и отдохни.**



Когда желудок полон, многих детей клонит в сон, им не хватает бодрости и внимания, необходимых для безопасности в воде.

**Если ты не научился
Ловко плавать и нырять –
Не рискуй, совет послушай:
«Далеко не заплывать».
Если очень захотелось
Тебе где-то понырять –
Ты возьми с собой мамулю,
Она будет наблюдать.**





**Не толкайтесь на воде,
Не толкайтесь в море,
Чтобы с вами не случилось,
Не случилось горе.**



Как известно, купание не только доставляют удовольствие, но и служит хорошим средством закаливания организма. Но необходимо помнить, что небрежность, лихачество, излишняя шалость на воде нередко приводят к беде. Из-за несоблюдения техники безопасности в водоемах ежегодно гибнут тысячи людей.



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 заводить 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.





Сайт «Школа АБВ»

www.shkola-abv.ru

конец