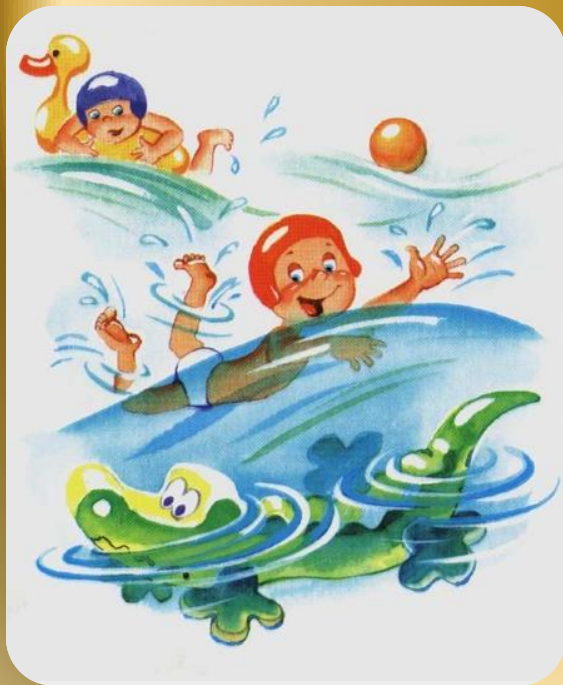


# **Классный час** **«Правила поведения на водоемах»**



**Подготовила  
Еланина  
Светлана Алексеевна**



**Скоро наступит долгожданный купальный сезон. Сотни жителей города, в том числе и детей, устремятся в выходные дни поближе к воде. Свежий воздух, солнце, купание не только доставляют удовольствие, но и служат хорошим средством закаливания организма. Вместе с этим вода регулярно уносит жизни. За лето 2010 на водных объектах погибли **2 тысячи 139 человек****

**Самая страшная трагедия, унесшая жизни 6 московских школьников, произошла 7 июля в городе Ейске на Азовском море. Дети отправились на экскурсию на неполюженном месте.**



**Взрослые должны  
ознакомить детей с  
правилами  
безопасности на  
водных объектах,  
прежде чем дети  
отправятся в лагеря,  
туристические походы,  
пикники.**

**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.**



# Правила безопасного поведения на воде:

- Купайся только в специально оборудованных местах.
- Не нырять в незнакомых местах.
- Не заплывать за буйки.
- Не хватать друг друга за руки и ноги во время игр на воде.
- Не умеющим плавать купаться только в специально оборудованных местах глубиной не более 1,2 метра.
- Никогда не плавайте в одиночестве, особенно, если не уверены в своих силах
- Входите в воду осторожно, медленно, когда вода дойдет вам до пояса, остановитесь и быстро окунитесь.
- Не подавайте ложных сигналов бедствия.



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.

**Помните: несоблюдение правил поведения на водоемах может привести к трагическому исходу!**

## Если тонет человек:

- Сразу громко зовите на помощь: «Человек тонет!»
- Попросите вызвать спасателей и «скорую помощь».
- Бросьте тонущему спасательный круг, длинную веревку с узлом на конце.



## Если тонешь сам:

- Не паникуйте.
- Снимите с себя лишнюю одежду, обувь, кричи, зови на помощь.
- Перевернитесь на спину, широко раскиньте руки, расслабьтесь, сделайте несколько глубоких вдохов.
- Прежде, чем пойти купаться, не забудьте взять с собой английскую булавку. Она поможет вам, если в воде начнутся судороги. Если же у вас свело ногу, а булавки при себе нет, ущипните несколько раз икроножную мышцу. Если это не помогает, крепко возьмитесь за большой палец ноги и резко выпрямите его. Плывите к берегу.

## Вы захлебнулись водой:

- Не паникуйте, постарайтесь развернуться спиной к волне.
- Прижмите согнутые в локтях руки к нижней части груди и сделайте несколько резких выдохов, помогая себе руками.
- Затем очистите от воды нос и сделайте несколько глотательных движений.
- Восстановив дыхание, ложитесь на живот и двигайтесь к берегу.
- При необходимости позовите людей на помощь.





**Соблюдая правила поведения на воде,  
вы, ребята, прекрасно проведете  
летние каникулы, окрепнете и  
наберетесь сил на новый учебный год!**

