

# Безопасность на водоемах

*Автор: Гаранина Ольга Михайловна  
учитель ОБЖ  
МБОУ «ООШ №6» г. Старый Оскол*





**Многие современные города и населенные пункты  
расположены на берегах рек, озер или морей, во многих  
есть пруды, водохранилища**



**Вода в процессе ее промышленного использования загрязняется различными химическими веществами, становится непригодной для использования человеком и сбрасывается в реки и озера, загрязняя их.**

**В черте города и вблизи него вниз по течению вода в реках непригодна для питья, а в некоторых местах опасна даже для купания. На загрязнение могут указывать такие признаки, как мёртвая рыба, наличие мусора на берегу.**







**Летом, в жаркую погоду лучший отдых - на берегу реки, озера или водохранилища, но надо помнить, что не во всех местах можно купаться.**

**Если на берегу установлен знак «Купаться запрещено», не следует нарушать этого запрета, как бы ни было велико желание искупаться**



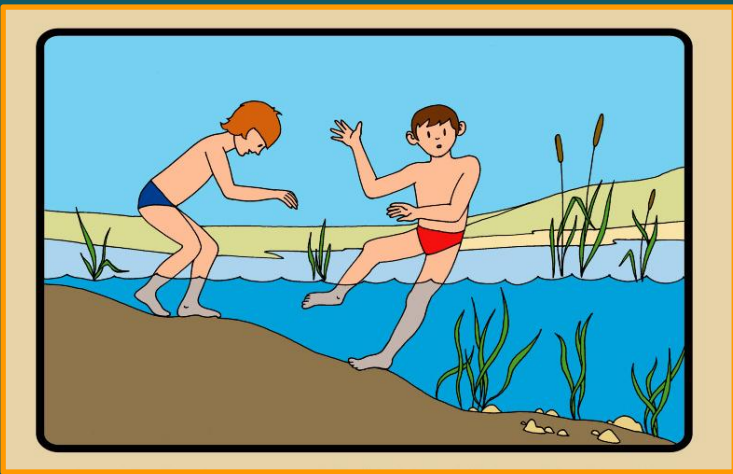
# Правила

- Знать места, где вода в водоемах проверена и не представляет опасности для здоровья человека, где купание разрешено



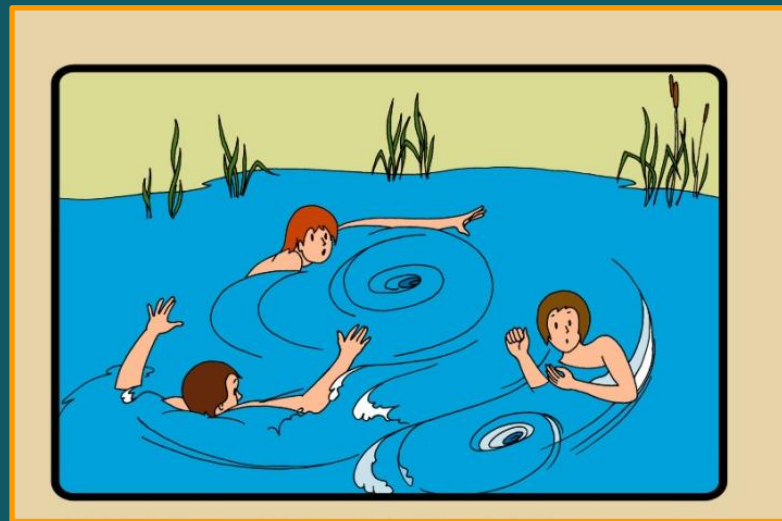
*Купайтесь только в разрешенных местах, на благоустроенных пляжах!*



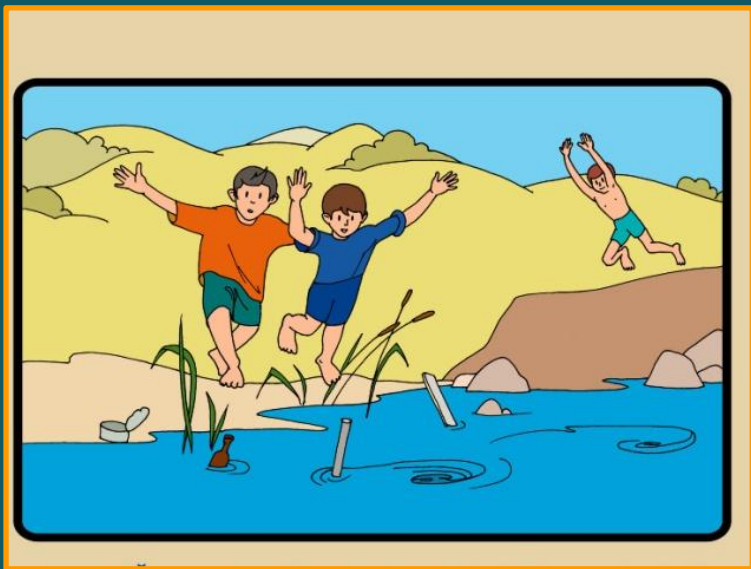


□ **Дно водоема в месте купания должно быть пологим, ровным, плотным, лучше песчаным.**

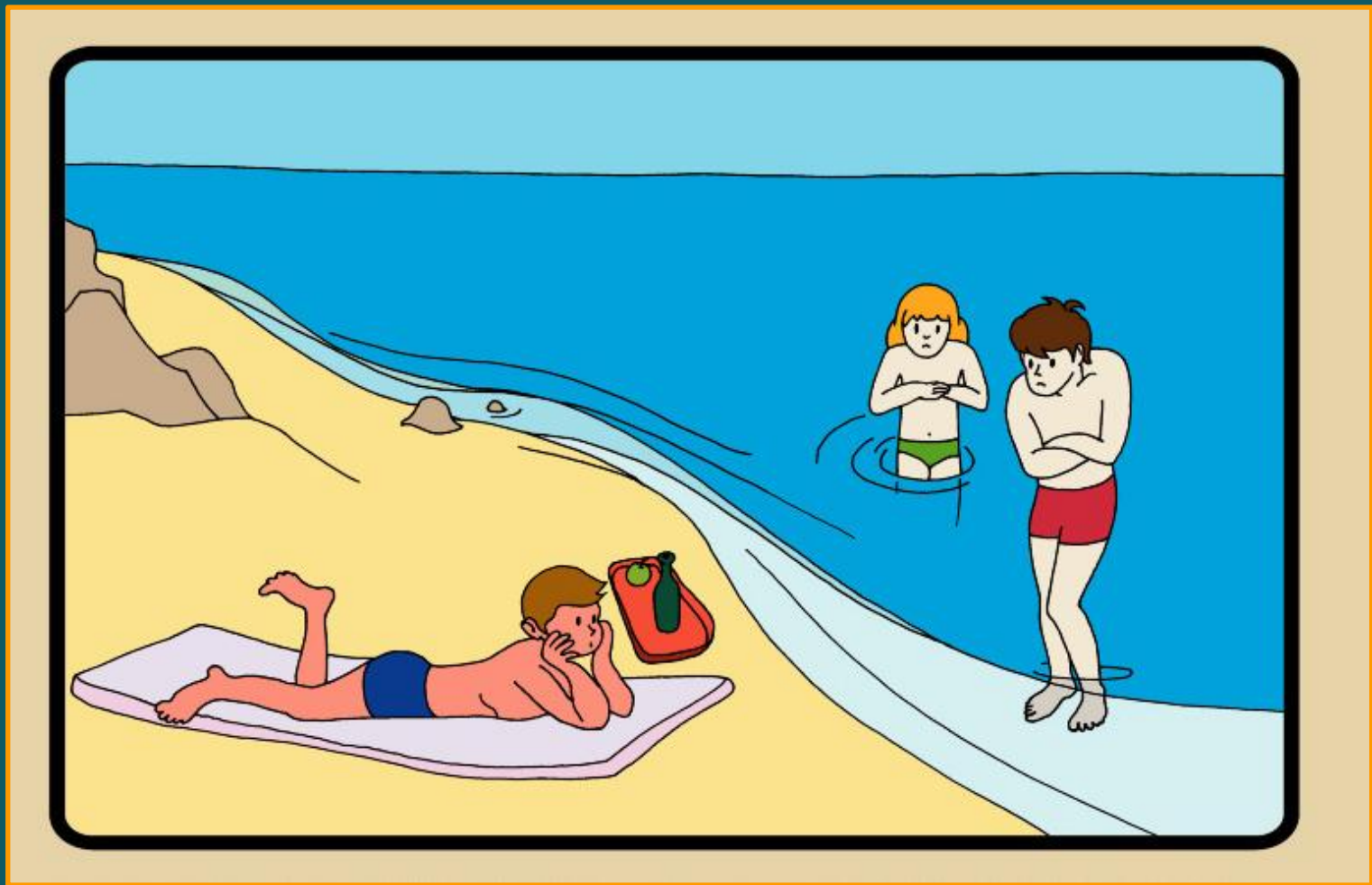
□ **Скорость течения воды не должна быть более 10 м/мин. Не следует купаться в местах с быстрым течением.**



□ **Желательно, чтобы температура воды была не ниже +18 °С. Глубина водоема для не умеющих плавать не должна быть более 1,2 м.**







- Не следует входить в воду вспотевшим и разгоряченным, сразу после приема солнечных ванн или после подвижных игр. Прежде чем войти в воду, необходимо охладиться, отдохнуть в тени.
- Не рекомендуется входить в воду сразу после приема пищи. Сделайте перерыв не менее 1 ч.



# Правилами запрещается



- Заплывать за буйки;
- выплывать на судовой ход и приближаться к судам;
- далеко заплывать на надувных матрасах или камерах;



- нырять и прыгать в воду в незнакомых местах;

- устраивать в воде игры, связанные с захватами;



# Дети! Берегите себя! Посещайте пляжные места отдыха, только со взрослыми!

- ▣ Самый лучший способ чувствовать себя уверенно в воде - это научиться плавать и постоянно поддерживать навыки безопасного поведения на воде.
- ▣ Если ногу в воде свело судорогой, нужно набрать в легкие воздух, наклониться к ноге, взять ее двумя руками за пальцы и сильно потянуть их к себе. После этого немедленно плыть к берегу.
- ▣ Необходимо научиться отдыхать на воде, не терять самообладания и правильно действовать в критической ситуации, не стесняться звать на помощь.



# Зима не за горами!

«Правила безопасного поведения  
на водоемах зимой»



# Правила безопасного поведения на замерзших водоемах

- Переходить водоем рекомендуется только в проверенных местах, обозначенных специальными предупредительными знаками.
- Если безопасные места не обозначены, необходимо внимательно осмотреть лед.



Толщина См	Допустимая нагрузка или допустимая деятельность.
< 4.5	не заходите на лед
4.5	Можно пройти на лыжах в одиночку
5	Можно пройти в одиночку, пешком или на лыжах
7.5	Снегоход или меньшее транспортное средство, группа людей идущих неплотной шеренгой и не в ногу
10	Рыбалка, хороший лед для пеших прогулок
17.5	Маленькая машина ("ока")
20	машины весом до 2,5 тонн
22.5	машины весом до 3,5 тонн

# Если вы провалились под лед:



□ не следует беспорядочно барахтаться и наваливаться всей тяжестью тела на кромку льда;

□ постарайтесь опереться локтем на лед и переместить тело в горизонтальное положение (учитывайте, что выбираться нужно в ту сторону, откуда вы шли, то есть возвращаться на уже пройденную и проверенную дорогу);





□ **осторожно вытащите на лед одну ногу, затем другую;**

- **попытайтесь выкатиться на лед и без резких движений, не вставая, переместитесь подальше от опасного места (ползите в ту сторону, откуда вы шли);**
- **на твердом льду встаньте и попытайтесь быстро добраться до жилья.**





# Интернет ресурсы

- <http://www.youtube.com/watch?v=NCSzYsvRBeA>
- -1слайд
- <http://www.youtube.com/watch?v=NsJIvXUe5Go>
- -2слайд
- <http://otshelniki-forum.ru/viewtopic.php?f=15&t=96&sid=4dd7761a6e0304668c355fb3d03e7312&start=30>
- 15 слайд(изображение)
- <http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9F%D0%BB%D1%8F%D0%B6->
- 6 слайд(изображение)
- <http://www.35.mchs.gov.ru/kbzhd/detail.php?ID=4352>
- 13 слайд(изображение)
- <http://www.28.mchs.gov.ru/kbzhd/detail.php?ID=8097>
- 8-10 слайд (изображение)
- <http://dalas.ru/showthread.php?t=17714&s=614dffa127111375e0f124c351601432>
- 14 слайд (изображение)