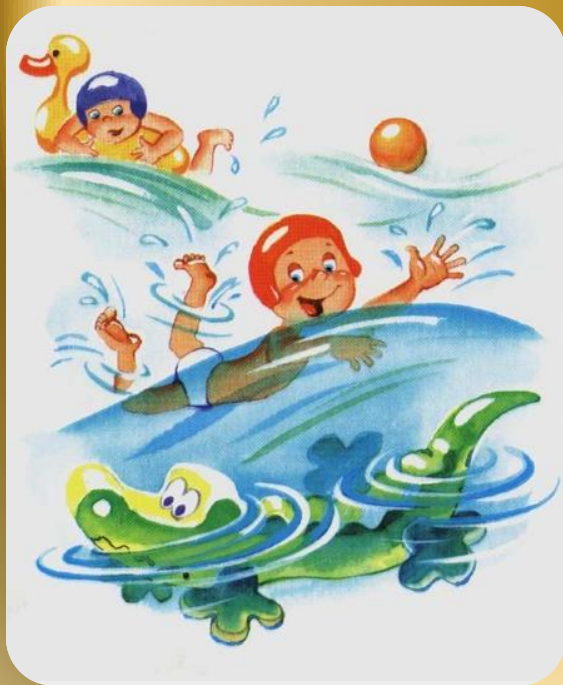


Классный час **«Правила поведения на водоемах»**



**Подготовила
Кондратьева С.В.**



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. Плывайте 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!**

