

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.





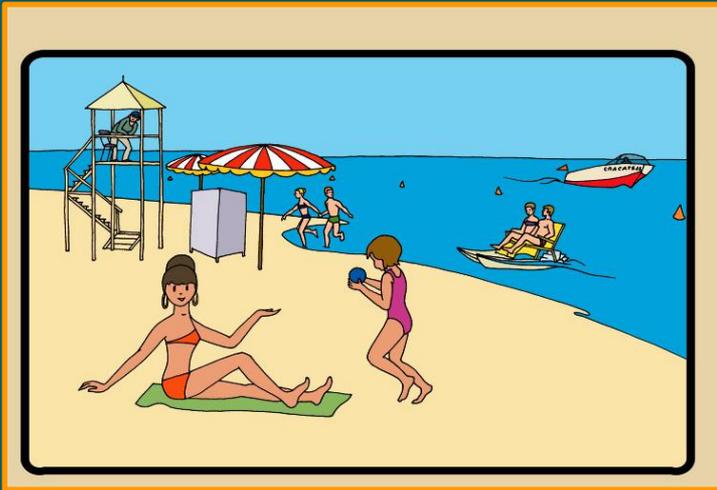
Летом, в жаркую погоду лучший отдых - на берегу реки, озера или водохранилища, но надо помнить, что не во всех местах можно купаться.

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



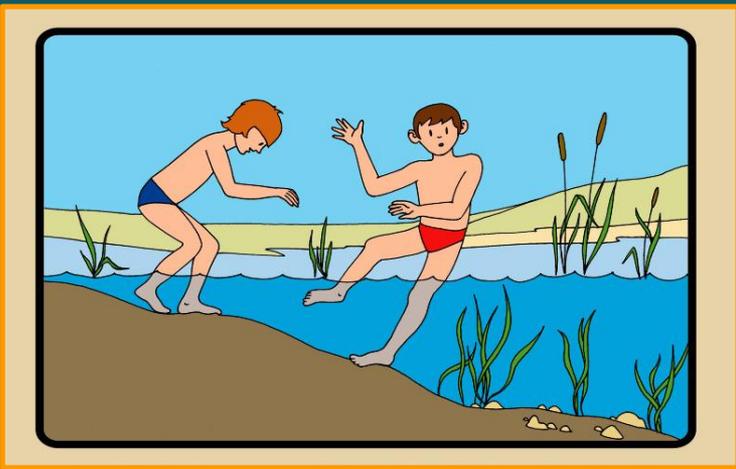
Правила

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



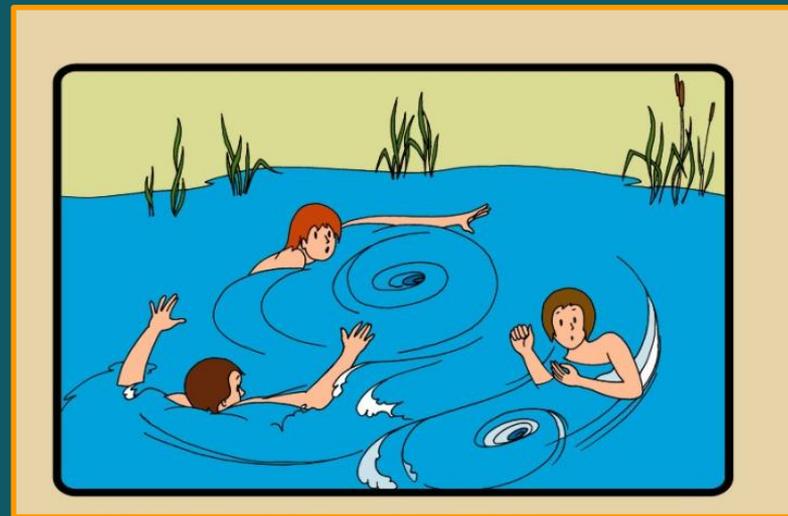
Купайтесь только в разрешенных местах, на благоустроенных пляжах!



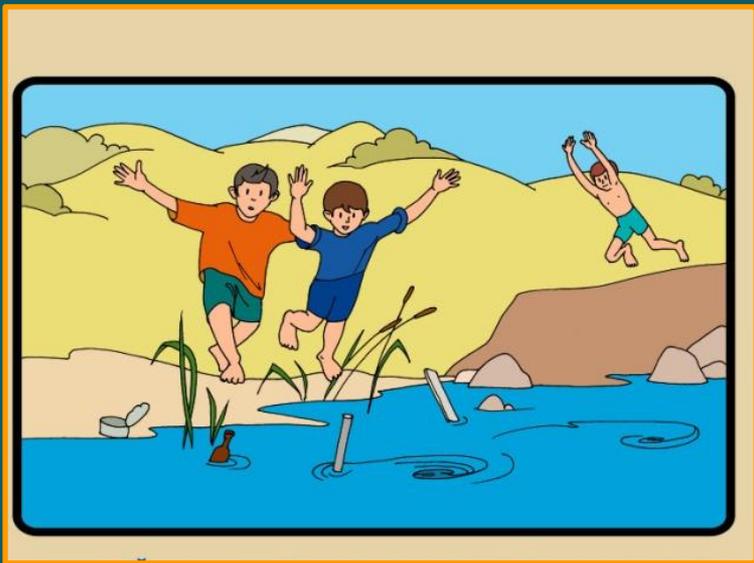


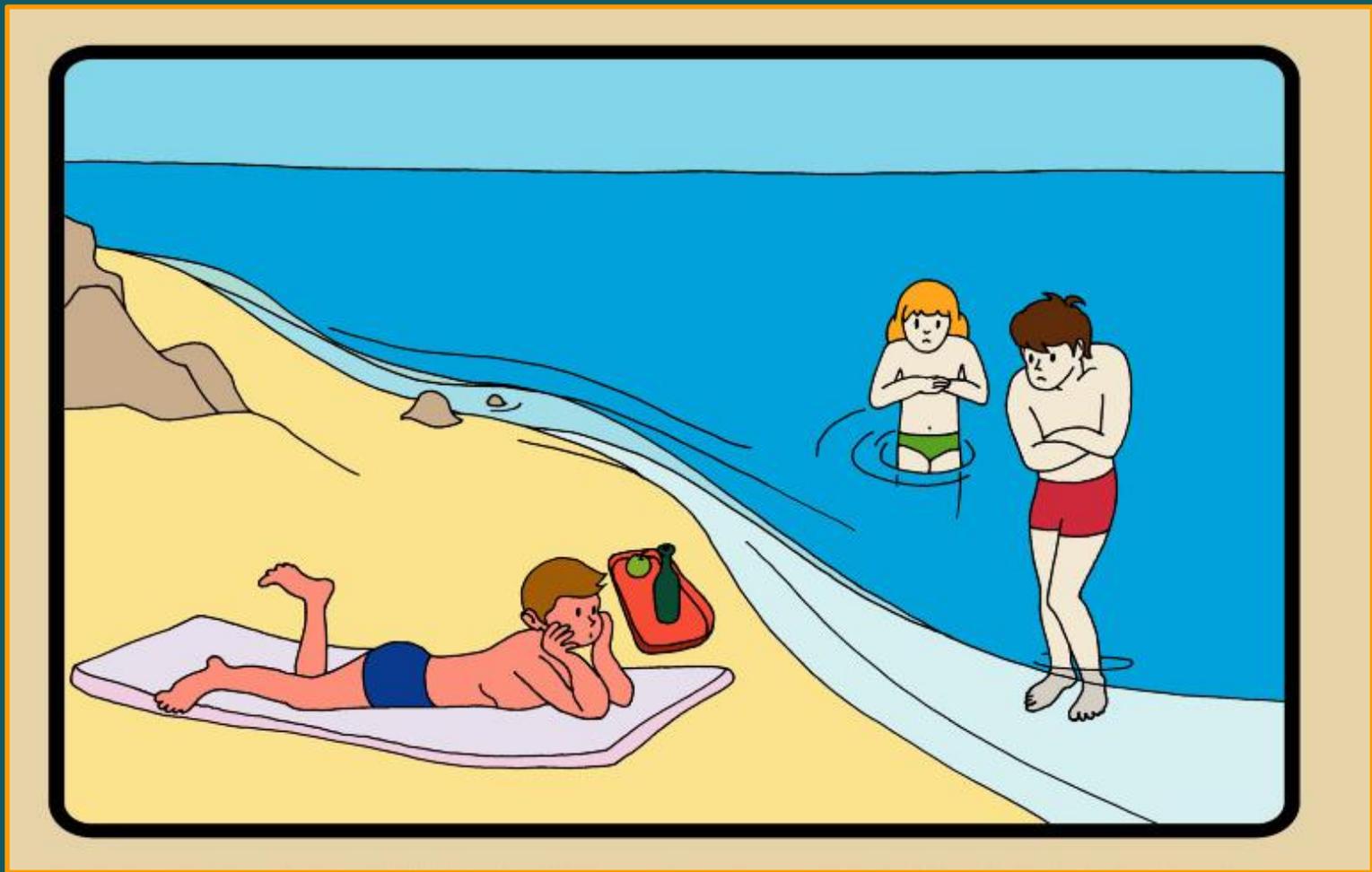
□ **Дно водоема в месте купания должно быть пологим, ровным, плотным, лучше песчаным.**

□ **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 пешех 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;**

- **постарайтесь 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 постарайтесь 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)