

ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОГО ПОВЕДЕНИЯ НА ВОДЕ

1. Обязательно научись плавать.
2. Никогда без надобности не ходи к воде один.
3. Никогда не купайся в незнакомом месте.
4. Не ныряй, если не знаешь глубины и рельефа дна.
5. Не заплывай за ограждения.
6. Не подплывай близко к идущим по воде катерам, пароходам.
7. Во время игр в воде будь осторожен и внимателен. Не зови без надобности на помощь криками „Тону!“.
8. Не купайся „до посинения“ — не допускай переохлаждения организма.
9. Умей пользоваться простейшими спасательными средствами.
10. Умей оказывать помощь терпящим бедствие на воде.



Это основные правила. Запомни их и выполняй!

Некоторые правила мы рассмотрим более подробно.

Правило 8. Здоровые дети школьного возраста могут купаться при температуре воды 4- 20—21 градус.

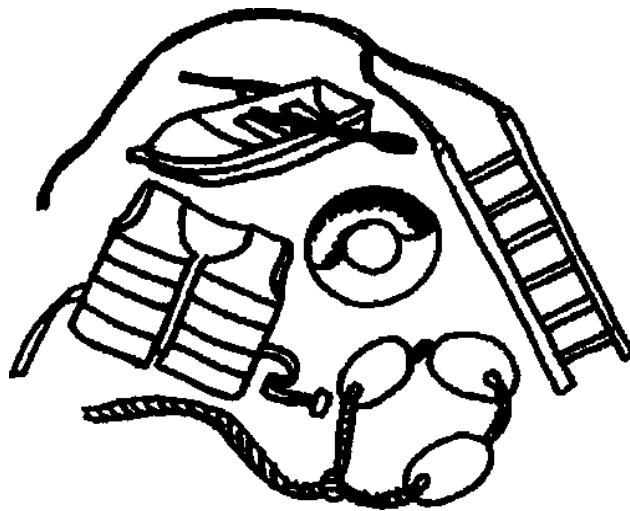
Увеличивать время пребывания в воде следует постепенно: с 3—5 до 10—15 минут.

Температура воды	+20°	+17°	+14°
Допустимое время пребывания в воде	40 мин.	15 мин.	Купание не разрешается
Перерыв между заходами в воду	1 час	1,5 часа	

Правило 9 гласит: „Умей пользоваться простейшими спасательными средствами“. Давайте вместе разберем, какие есть **спасательные средства**

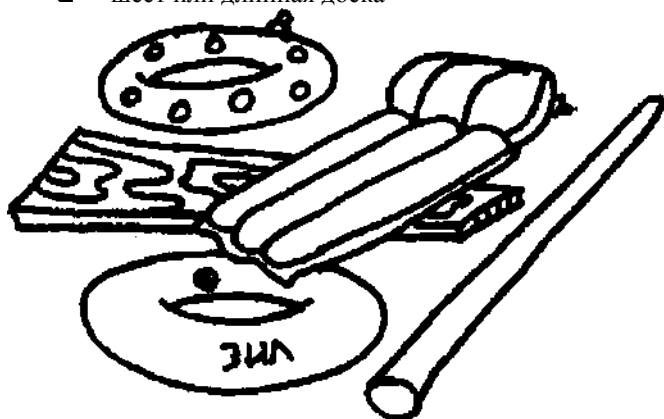
СПЕЦИАЛЬНЫЕ

- спасательные лодки, катера
- спасательные круги
- спасательные жилеты
- „конец Александрова“



ПОДРУЧНЫЕ

- ❑ надувные матрацы, автомобильные камеры
- ❑ пустые пластиковые бутылки, привязанные к поясу или друг к другу
- ❑ мяч или надувной шар в авоське
- ❑ шест или длинная доска



! Запомни: можно переходить по льду, если он толще 5 см; кататься на коньках по льду, который толще 10 см.

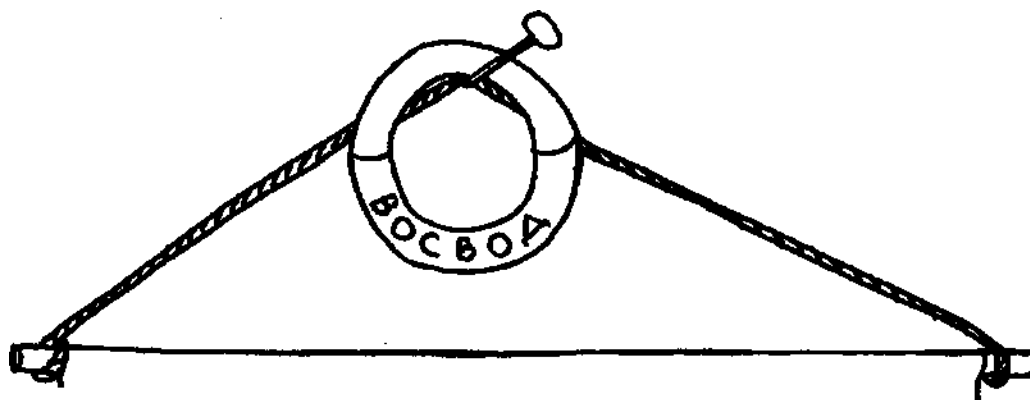
ОСНОВНЫЕ ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ ЗИМОЙ НА ЛЬДУ

Нельзя:

- Выходить одному на неокрепший лед
- Собираться группой на небольшом участке льда
- Проверять прочность льда ударами ног, клюшками
- Переходить водоем по неокрепшему льду друг за другом на небольшом расстоянии
- Идти по льду, засунув руки в карманы. Нести за спиной прочно надетый рюкзак

Можно и нужно:

- Не рисковать! Если лед трескается и прогибается, остановиться немедленно и сойти со льда
- Удостовериться в прочности льда. Спросить разрешения перехода у взрослых
- Передвигаться по льду на расстоянии друг от друга, внимательно смотреть перед собой за состоянием льда
- Взять в руки шест, лыжи. Снять рюкзак или надеть его свободнее на одно плечо
- Играть только на окрепшем льду, подальше от незамерзшей реки или полыньи



ПРАВИЛА ПОЛЬЗОВАНИЯ гребными лодками и другими плавсредствами

Убедись в исправности лодки, плота, водного велосипеда.

Не перегружай плавсредство, равномерно распределяй груз.

Соблюдай очередность при посадке и высадке из лодки. Находясь на воде, не ходи в лодке, не раскачивай ее ради забавы.

Не садись на край лодки.

Обязательно имей в лодке средства спасания: спасательные круги, спасательные жилеты.

В надувных лодках осторожно пользуйся режущими и колющими предметами.

Не заплывай на резиновых лодках, водных велосипедах дальше указанного в инструкции расстояния. Течение и ветер могут отнести тебя от берега так далеко, что самостоятельно ты не сможешь возвратиться.

Не подплывай близко к самоходным судам: катерам, теплоходам, баржам.

В случае опрокидывания лодки держись за нее Зови на помощь.

