

Отгадай загадки

Она бежит, струится,
На солнце серебрится.
Склонились молчаливо
Над ней густые ивы. (Река.)

Он слегка затянут ряской,
Струйки не бегут.
Заколдован, будто в сказке,
Старый, тихий ... (пруд).

Мы летим вперед, вперед.
Режем гладкий, ровный лед.
(Коньки.)
Мы с горы несемся сами,
В гору же нас тянет Ваня. (Сани.)



Название страницы
Название страницы

ГООУ АО «Нарьян-
Марская санаторная
школа-интернат»



ПРАВИЛА
ПОВЕДЕНИЯ
НА ВОДОЕМЕ



Телефон: 8 (818-53) 4-30-21

Полезно знать всем:

- 1) Если вы попали в сильное течение - не боритесь с ним, не паникуйте, а спокойно плывите к берегу.
- 2) Не подплывайте близко к катерам и судам, чтобы покачаться на волнах. В близи с ними возникает течение, которое может вас затянуть под винт.
- 3) Не прыгайте (не ныряйте) в неизвестном вам месте - вы можете зацепиться за корягу, удариться о камни или сваю и сломать шейные позвонки или потерять сознание.
- 4) Не купайтесь в нетрезвом состоянии.

Надеемся, что вы запомните эти не сложные советы на всю жизнь! Удачного вам отдыха на воде!



Спасение утопающего

Ежегодно в России на различных водоемах гибнут от 15 до 20 тысяч человек. Множество несчастий случается с детьми, которые нередко бывают сами себе.

Утопающий адекватно реагирует на происходящее и находится в сознании, помогите ему добраться до берега, подставив свое плечо.

Если он ушел под воду, запомните место, где это произошло. Наберите в легкие побольше воздуха и ныряйте. Обнаружив человека, хватайте его за волосы и тащите на поверхность. Двигаясь к берегу, следите за тем, чтобы лицо пострадавшего было над водой. Когда человек не контролирует свои действия, он судорожно цепляется за вас и тянет на дно. Поэтому приближайтесь к нему со стороны спины.

Если утопающий мешает вам действовать, освободитесь от захвата, ненадолго нырнув. Затем обхватите его грудную клетку одной рукой и плывите к берегу. Обязательно привлеките внимание окружающих. Попросите их вызвать "скорую помощь".



Безопасность на льду

Запрещается:

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

Если вы провалились под лед

Необходимо широко раскинуть руки по кромкам льда, удерживаться от погружения с головой; Переберитесь к тому краю полыньи, пролома, где течение не увлекает Вас под лёд. Не паникуйте, старайтесь без резких движений выбираться на лёд, наползая грудью и поочерёдно вытаскивая на поверхность ноги, широко расставив их. Выбравшись из пролома, нужно откатиться и ползти в сторону, откуда вы пришли. Добравшись до берега, идите быстро домой, переоденьтесь в тёплую, сухую одежду выпейте горячий чай.

