**Приложение**

***Тест: Правила безопасного поведения на воде***

**1. В каких местах следует купаться?**

**А**) купаться в любом месте на реке; **Б)** купаться в специально отведенных местах; **В**) купаться в местах обозначенных знаком «Купание запрещено» **Г)** купаться в местах огороженных специальными буйками.

**2. Какие правила купания необходимо соблюдать?**

**А)** купаться только утром и вечером; **Б**) купаться в полдень;  **В)** купаться при температуре воды не ниже +20**°**С; **Г**) купаться при температуре воздуха не ниже +22**°**С; **Д**) купаться только ночью

**3. Сколько времени рекомендуется находиться в воде?**

**А)** не более 10-15 мин. **Б**) не более 20-30 мин. **В**) не более 5-10 мин.

**4. Назови главные причины судорог при длительном пребывании в холодной воде:**

А) обильная пища перед купанием Б) сильный ветер и большие волны **В)** переохлаждение тела .

**5. Какие правила купания необходимо соблюдать?**

**А)** заходить в воду с разбега; **Б**) прыгать в воду с крутого берега; **В)** заходить в воду постепенно; **Г)** купаться не более 20 минут;  **Д)** если захватило течением не бороться с ним, а плыть по течению, под углом приближаясь к берегу

**6. Почему не рекомендуется купаться в одиночку?**

**А)** потому что купаться всем вместе весело ;**Б)** потому что в случае опасности тебе не смогут помочь **В**) потому что после купания на берегу не с кем поиграть.

**7.** **В каком предложении нет запрещающих правил поведения на воде?**

**А)** не заплывай далеко, не ныряй глубоко! **Б**) не купайся в одиночку, не прыгай в воду с лодки**! В)** не бойся воды, не замочи в реке ноги!

**8.** **Какие правила нужно помнить, купаясь в реке, на море?**

**А)** правила дорожного движения; **Б)** правила безопасного поведения на воде; **В**) правила поведения в школе.

**9. Почему прыгать в воду в неизвестных местах не рекомендуется?**

**А**) в неизвестном месте никто не оценить красивый прыжок в воду; **Б)** потому что это опасно для жизни; **В**) в неизвестном месте вода может быть грязной.

**10. Что нужно делать, чтобы не простудиться после купания в холодной воде?**

**А)** прекратить купание и растереть полотенцем тело до его покраснения и согревания; **Б)** прекратить купание и постоять на холодном ветру для закаливания **В)** прекратить купание и посидеть на корточках на берегу.

**11. Какие меры безопасности и правила необходимо соблюдать?**

**А**) заплывать за знаки ограждения мест купания; **Б)** купаться только в присутствии взрослых; **В)** баловаться в воде;  **Г)** нельзя подавать ложные сигналы о помощи; **Д)** плавать на надувных матрацах и камерах далеко от берега;  **Е)** если попали в водоворот – набрать воздуха в легкие, нырнуть, сделать рывок в сторону и всплыть на поверхность воды

**Памятка написания рассказов**

При написании своих рассказов мы, придерживались **памятки,** которая представлена ниже:

**1. Определить основную мысль рассказа, то есть**

**то, чему он должен научить читателя.**

**2. Построить сюжет рассказа:**

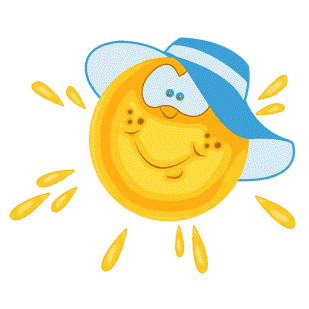
* **завязка – начало событий;**
* **кульминация – момент его самой высокой точки;**
* **развязка – завершение события.**

**3. Оформление главной мысли – правила, положенного в основу рассказа.**

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

«Гимназия №1»

муниципального образования город Ноябрьск





**Сборник рассказов**

­­­для учащихся 2 классов



## От авторов

Продуктом проекта является материал о правилах поведения детей на воде и на отдыхе. Несчастные случаи на воде происходит очень часто и быстро. Цель составления материала – представить учащимся необычный сборник с рассказами о правилах поведения на воде и на отдыхе.

Причина несчастных случаев – недостаточность знания о правилах безопасности поведения. Изложенные правила, рассказы помогут вам избежать несчастных случаев на воде и на отдыхе, восполнив дефицит этой информации в учебнике по физической культуре для 1-4 классов.

Подготовленный продукт имеет практическую значимость и может быть применен на уроках физической культуры, для педагогов и родителей, а также использован школьниками для самостоятельного ознакомления.

В данном сборнике представлены рассказы по темам, которые мы прошли на уроке. Все рассказы нашего сборника можно разделить на три категории:

- рассказы учеников о **правилах безопасного поведения на воде**

- рассказы учеников **о правила первой помощи при тепловом или солнечном ударе**

- рассказы учеников о **мере безопасности**

Содержание

**Тема 1. Правила безопасного поведения на воде** 4

Рассказ «Рассеяность»4

Рассказ «Буйки»5

Рассказ «Бассейн»6

Рассказ «В бассейне»7

**Тема 2. Правила первой помощи при тепловом или солнечном ударе**8

Рассказ «Девочка Маша и солнце» 8

Рассказ «Безопасность»10

**Тема 3. Меры безопасности** 11

Рассказ «Случай на речке»11

Рассказ «Скользкая горка»12

Рассказ «Холодная вода»13

Рассказ «Тёплым днём»14

***Правила безопасного поведения на воде***

***Каменская Анна***

**Рассеянность**

Жила-была девочка Алиса. Она не умела плавать.

Как-то раз Алиса с семьей поехали на море. Девочке купили надувной круг. Родители Алисе сказали: «Надень круг, когда пойдешь плавать». А девочка забыла про него. Вместе с ребятами побежала купаться. И Алиса чуть не утонула, но ее спасли!



|  |
| --- |
| ***Правило.***  **Не заходи на глубокое место, если не умеешь плавать или плаваешь плохо!**  **Купаться можно только в присутствии взрослых, умеющих плавать.** |

***Тукачева Анна***

**Буйки**

Однажды мальчик Витя со своей семьей поехали на море. Витя побежал купаться, но папа его остановил и сказал: «Видишь, вот виднеются оранжевые штуки – это буйки, за них заплывать нельзя!» Но мальчик не послушал и заплыл за буйки, и его ужалила медуза. Спасатели вовремя увидели мальчик. Им пришлось спасать непослушного мальчика Витю.



|  |
| --- |
| ***Правило.***  **Соблюдайте правила безопасности на воде.**  **Купаться следует в специально оборудованных местах: пляжа, бассейнах, купальнях.** |

***Айропетян Виктория***

**Бассейн**

Жил-был мальчик Вася. Он очень любил плавать. Ему мама с папой сказали, в бассейне без взрослых плавать нельзя. Вася не послушал родителей и пошел купаться в бассейн. Он захлебнулся и чуть не утонул, но ему повезло, его спасли родители которые поспешили к бассейну.



|  |
| --- |
| ***Правило.***  **Нельзя купаться без разрешения***.*  **Купаться можно только в присутствии взрослых, умеющих плавать.** |

**В бассейне**

***Юдкина Юлия***

Однажды Настя и Вика пошли плавать в бассейн. Пока инструктор по плаванию проводил беседу по технике безопасности и правилах поведения в бассейне, девочки без разрешения зашли в воду. Они стали толкаться и пытались сесть на разделительные дорожки.

Вика не удержалась и спиной кувырнулась в воду и от неожиданности наглоталась воды. Хорошо, что вовремя подоспел инструктор по плаванию. Девочки очень испугались и поняли свою ошибку.



|  |
| --- |
| ***Правило.***  **Бассейн это место повышенной опасности. Запрещается баловаться, сидеть на разделительных дорожках, толкать, топить друг друга в бассейне.**  **Купаться можно только в присутствии взрослых, умеющих плавать.** |

***Правила первой помощи при тепловом или солнечном ударе***

***Пушкарева Агата***

**Девочка Маша и солнце**

Жила была девочка Маша. Однажды летним днем она и ее родители пошли загорать и купаться на море. В тот день погода была особенно жаркой. Мама попросила Машу одеть панамку и намазаться солнцезащитным кремом, а сама вместе с папой пошли купить воды. Ведь всем известно, что в жару необходимо пить много жидкости. Но Маша не послушала маму, ей не хотелось надевать панамку и мазаться кремом, она просто решила полежать на песочке. Ничего не случиться подумала Маша, и мне лень, я же пришла загорать ….. вот и буду загорать.



Когда папа и мама вернулись с водой, они увидели Машу, лежащую на песке, ее тело стало все красным, они спросили: «Почему ты не в панамке?» Как ты себя чувствуешь? Но Маша с трудом говорила, у нее кружилась голова. «Да у тебя солнечный удар», - сказал папа. Он на руках отнес дочь в тенек, дал ей попить воды, и положил влажную повязку на лоб. Через некоторое время Маше стало лучше.

|  |
| --- |
| ***Правило.***  **Необходимо всегда соблюдать основные правила нахождения на солнце:**  **- надевать головной убор,**  **- мазаться солнцезащитным кремом,**  **- пить много жидкости,**  **- не находится долго на солнце**  **Наиболее опасно пребывание на солнце с 11 до 17 часов дня. В жаркое время суток старайтесь больше находиться в тени. Избегайте прямых солнечных лучей.**  **После длительного пребывания на солнце входить в воду следует постепенно, чтобы тело привыкло к прохладной воде.** |

***Юровских Яна***

**Безопасность**

Жила-была девочка Аглая. Как-то раз, она отпросилась у папы поплавать в бассейне. Но папа не разрешил ей, потому что вода была холодная. Но наследующий день Аглая самовольно пошла в бассейн. Плавала она не долго. От низкой температуры воды, девочке стало холодно. А вечером у нее поднялась температура, Аглая заболела. Девочка очень сожалела о своем поступке, так как все дети гуляли ,а она лежала больная.



|  |
| --- |
| ***Правило.***  **Запрещается купаться в воде с низкой температурой.**  **Плавать можно только в водоеме с прозрачной водой при температуре воды не ниже +200С, а воздух – не ниже +220С.** |

***Меры безопасности***

***Торяник Мария***

**Случай на речке**

Мальчик Витя на летние каникулы приехал к бабушке в деревню. Витя познакомился с деревенскими мальчиками. Стояла жаркая погода. Мальчики пригласили Витю на рыбалку. Рано утром, накопав червей, Витя с друзьями отправился на реку. Нацепив на крючок червяка, Витя закинул удочку в реку. Уже скоро поплавок начал плясать на воде. Витя хотел выдернуть удочку, но поскользнулся и упал в реку. Витя не умел плавать. Мальчик начал тонуть. Друзья бросились ему на помощь, они кинули ему конец от длинной веревки. Витя схватился за веревку и друзья его вытянули на берег. Витя благодарил друзей за помощь!



|  |
| --- |
| ***Правило.* Знание правил и умение оказать помощь пострадавшему необходимы для каждого отдыхающего.**  **Не оставляйте возле воды малышей без присмотра. Они могут оступиться, упасть, захлебнуться водой или попасть в яму.** |

***Майструк Валерия***

**Скользкая горка**

Жил-был мальчик Мирон. Он с родителями приехал на море отдыхать. Когда семья отправилась на море, мальчик Мирон увидел горку. Он спросил: «Можно ли мне скатиться с горки?» . Но мама ответила: « Нет, потому что на горке нет инструктора». Когда родители ушли купаться на море, Мирон без спроса пошел на горку. Там была табличка *«Без инструктора вход запрещен! Купаться запрещено!» .* Мальчик проигнорировал надпись. Мирон упал с горки, потому что она была скользкой, покатился вниз и плюхнулся в воду. Он плохо плавал и чуть-чуть не утонул. Спасатели увидели мальчика в воде без жилета и пришли ему на помощь.



|  |
| --- |
| ***Правило.***  **Никогда не нарушай правило «Купаться запрещено!»**  **Не оставляйте возле воды малышей без присмотра. Они могут оступиться, упасть, захлебнуться водой или попасть в яму.**  **Купаться можно только в присутствии взрослых, умеющих плавать.** |

***Корочкина Маргарита***

**Холодная вода**

Жила – была девочка по имени Кристина. Ей на день рождения подарили надувной бассейн. В него налили холодную воду. Родители предупредили дочку, что пока нагревается вода, купаться в нем нельзя. Кристина ответила: « Хорошо». А когда родители ушли за продуктами в магазин, девочка решила поплавать в бассейне. Вода была холодной + 18\*, тело ощутило озноб и от неожиданности у нее на глазах появились слезы. Кристина горько заплакала. Через слезы разносился звук, помогите! Неподалеку во дворе находились бабушку и дедушка. Они услышали необыкновенный плач и зовущий голос. Они догадались, что случилась беда, и кинулись внучке на помощь



|  |
| --- |
| ***Правило.***  **Плавать можно только в водоеме с прозрачной водой при температуре воды не ниже +200С, а воздух – не ниже +220С.** |

***Мандрыка Ника***

**Теплым днем**

«Однажды, пока никого не было дома, Ваня, Миша и Лиза решили пойти купаться. Стояли солнечные дни, вода в реке была теплой. На пляже было много народа, и мальчики решили уйти подальше. Место незнакомое, но там им никто не будет мешать купаться. Они постелили на берегу покрывало и решили сначала позагорать на солнышке. Ребята позагорали и решили с разбега прыгать воду. Мальчики долго купались. Пытались, играя, топить друг друга. И хорошо, что рядом проходил взрослый человек, который заставил выйти их из воды и немедленно отправиться домой» .



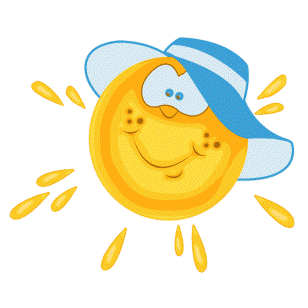
|  |
| --- |
| ***Правило.***  **Нельзя нырять в незнакомых местах. Нельзя топить друг друга, потому что можно захлебнуться водой и утонуть. Купаться следует в специально оборудованных местах: пляжах, бассейнах. В воде следует находиться не более 10 – 15 минут. При переохлаждении тела могут возникнуть судороги.** |

-

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

«Гимназия №1»

муниципального образования город Ноябрьск





Рабочая тетрадь

­­­\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

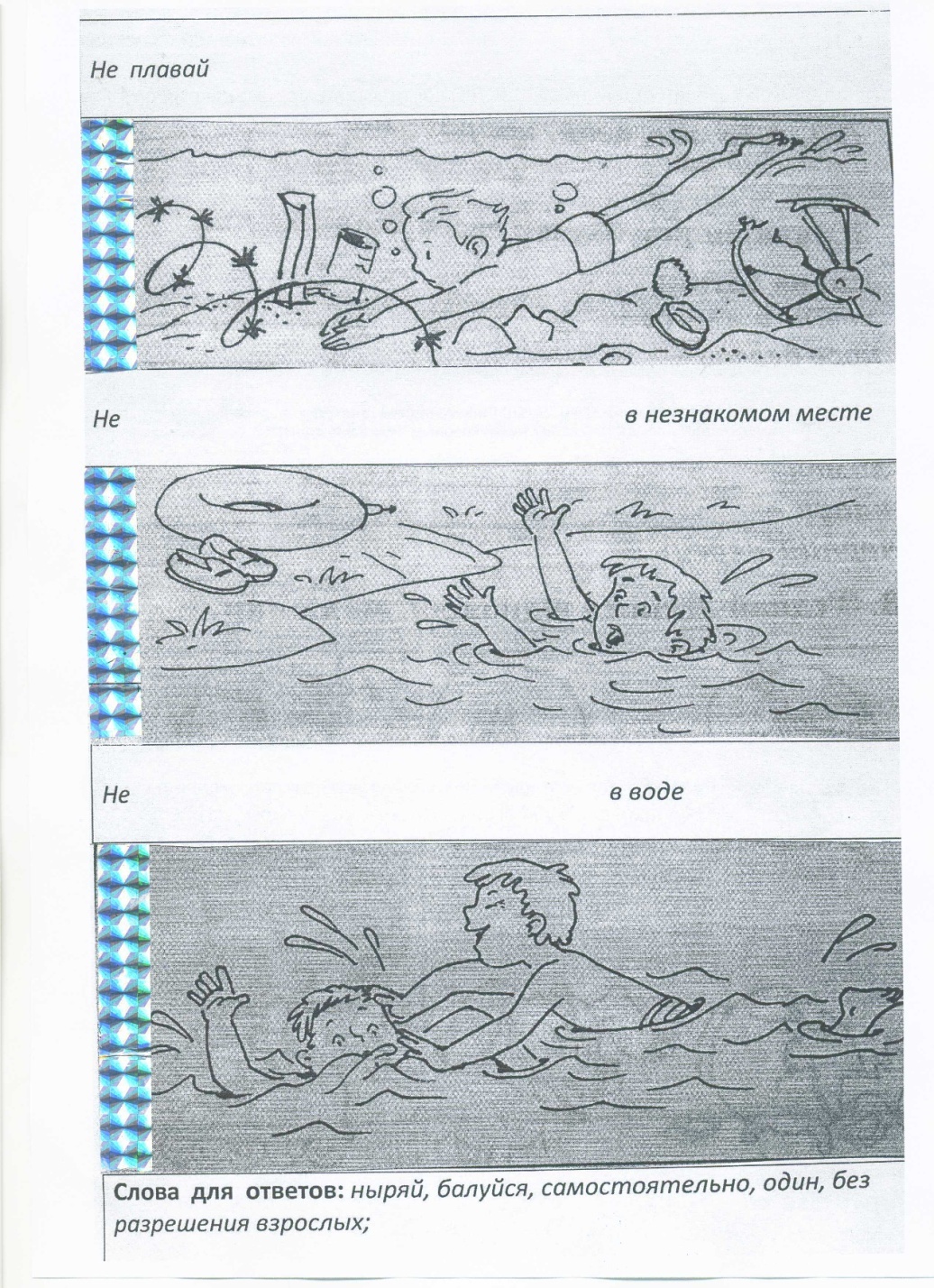
\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

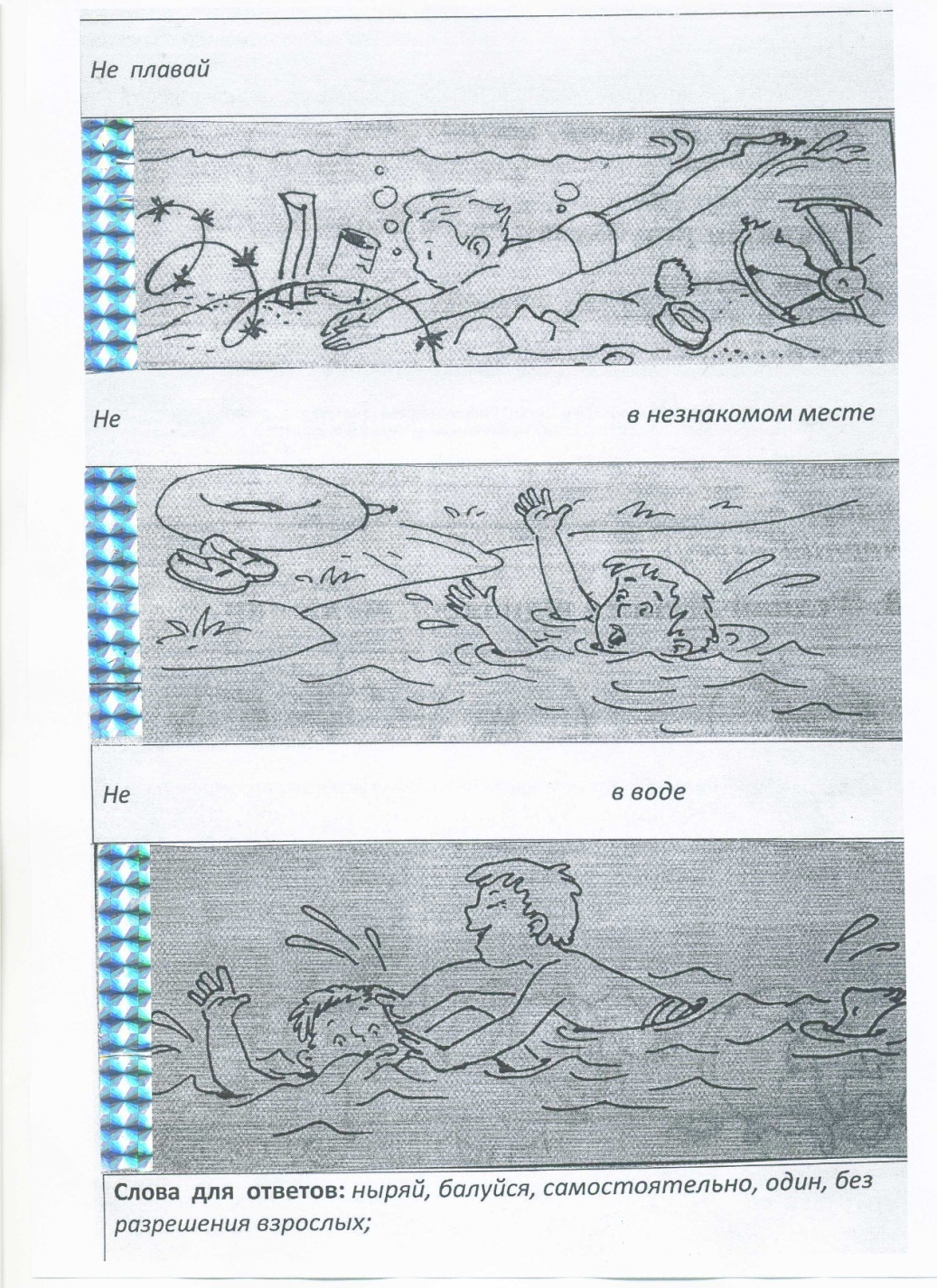


**1. Допиши предложения:**

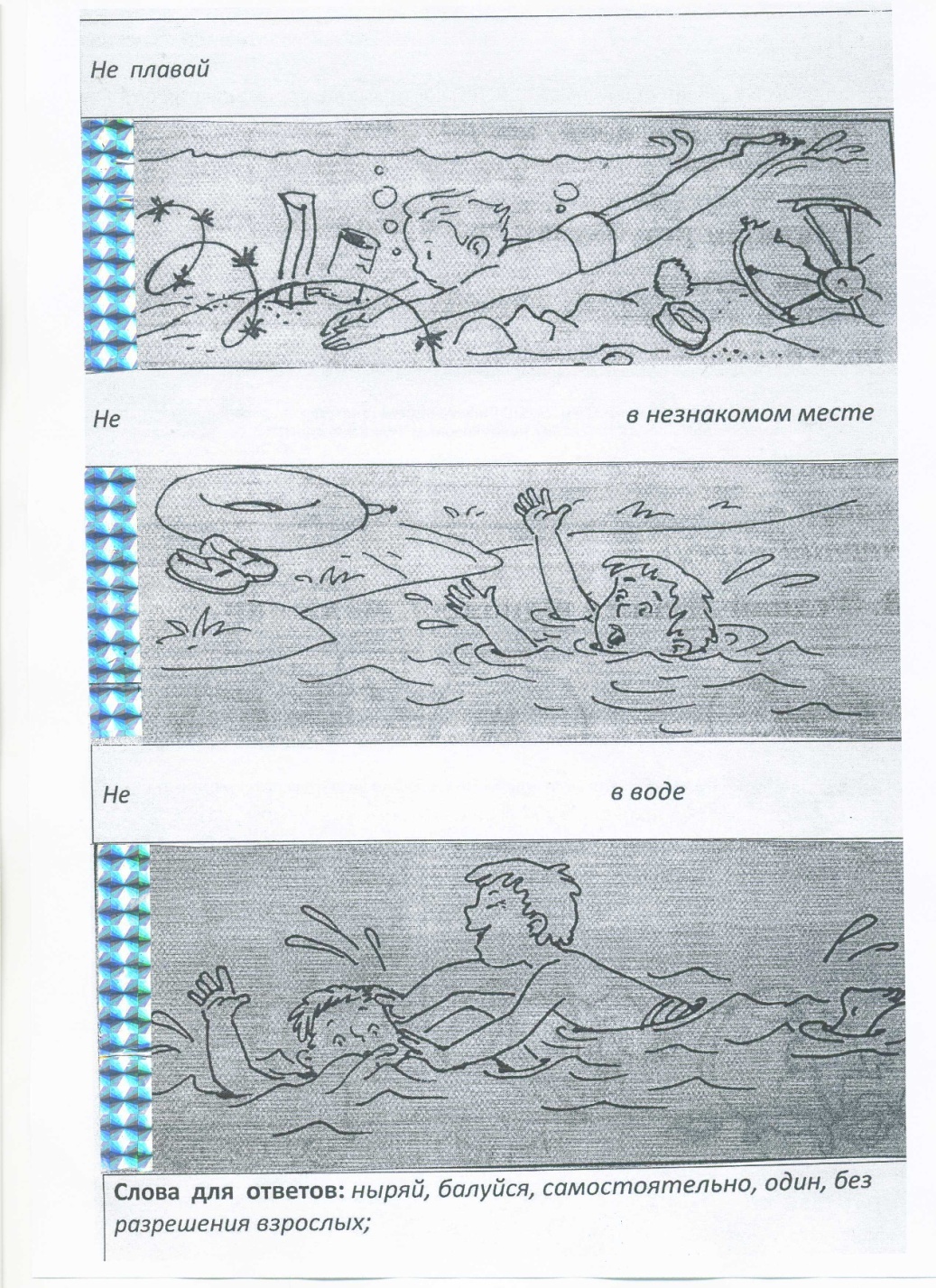
Не плавай ­­­­­­­­­­­­­\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_



Не \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ в незнакомом месте



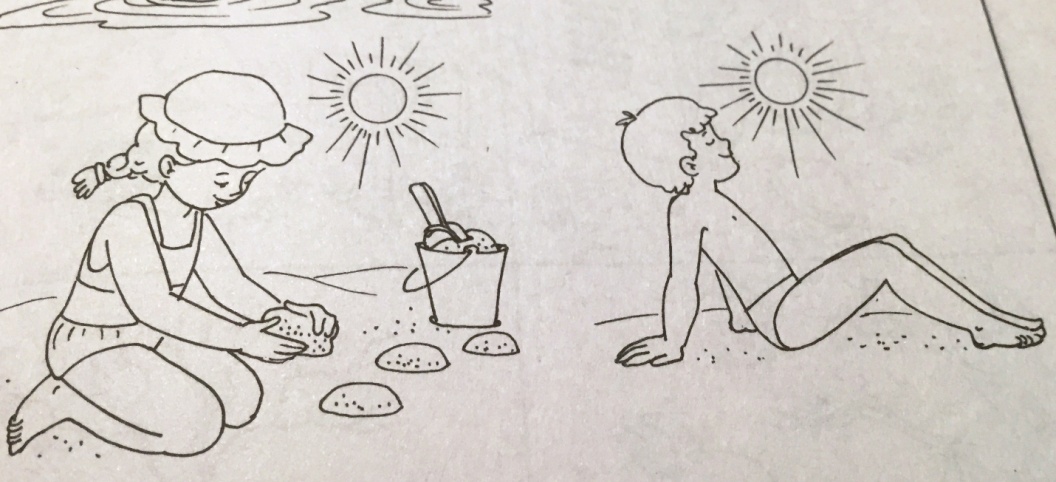
Не ­­­\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ в воде



**Слова для ответов:** ныряй, балуйся, самостоятельно, один, без

разрешения взрослых.

**2. Маша и Саша загорают на солнце, кто из них соблюдает правила безопасности на отдыхе?**



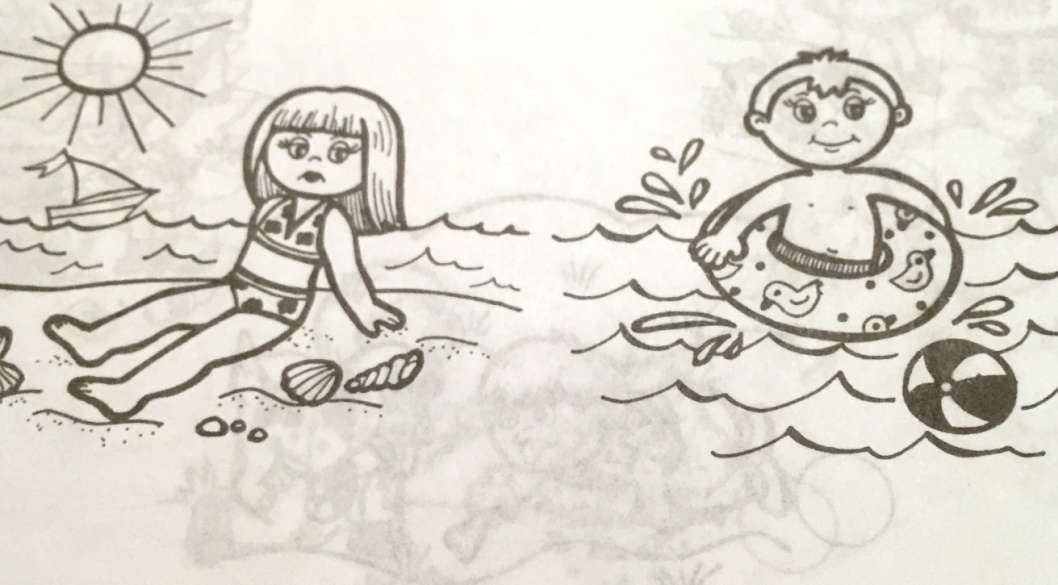
**Ответ: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

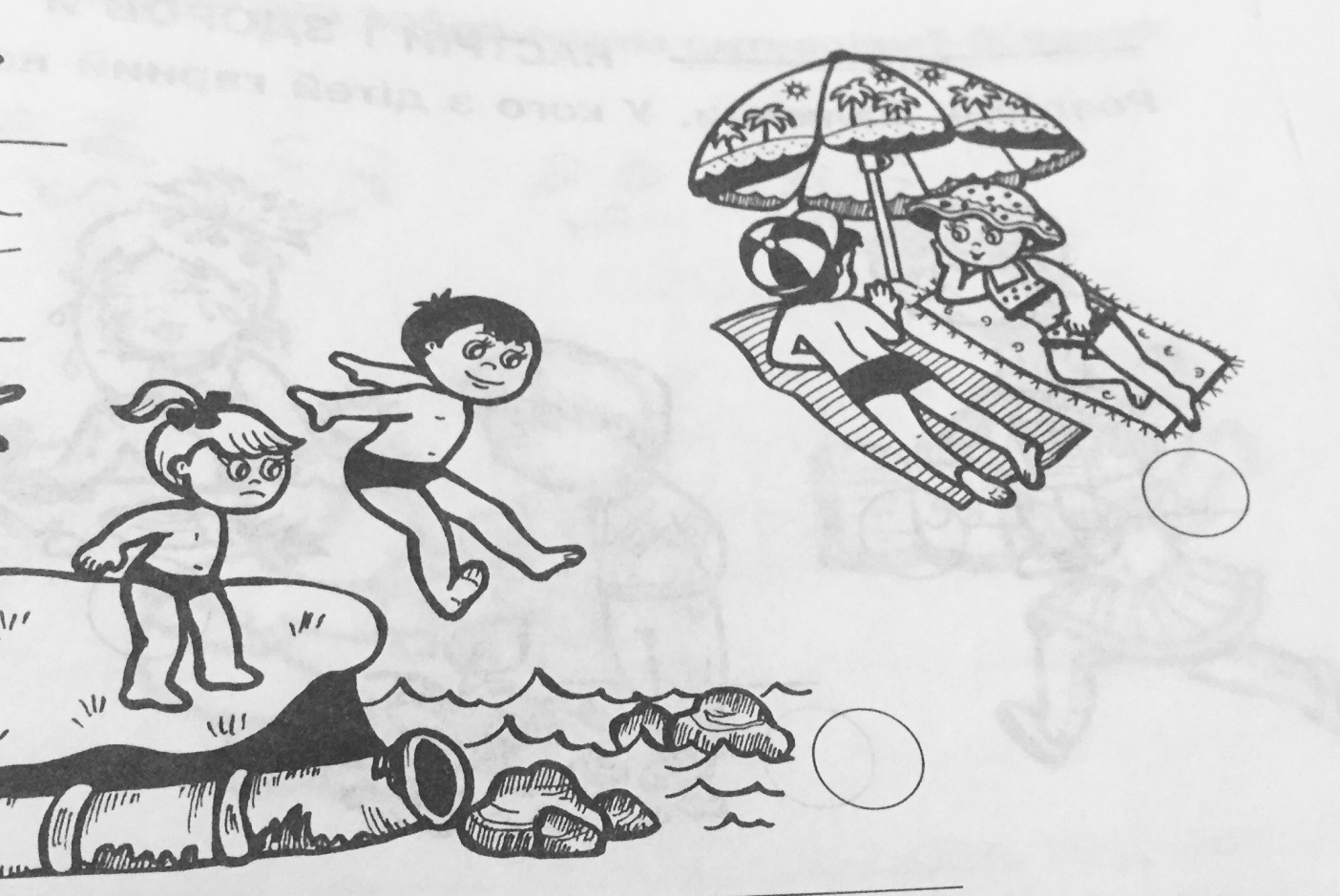
**3.Какое правило нарушает Паша?**



**Ответ:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

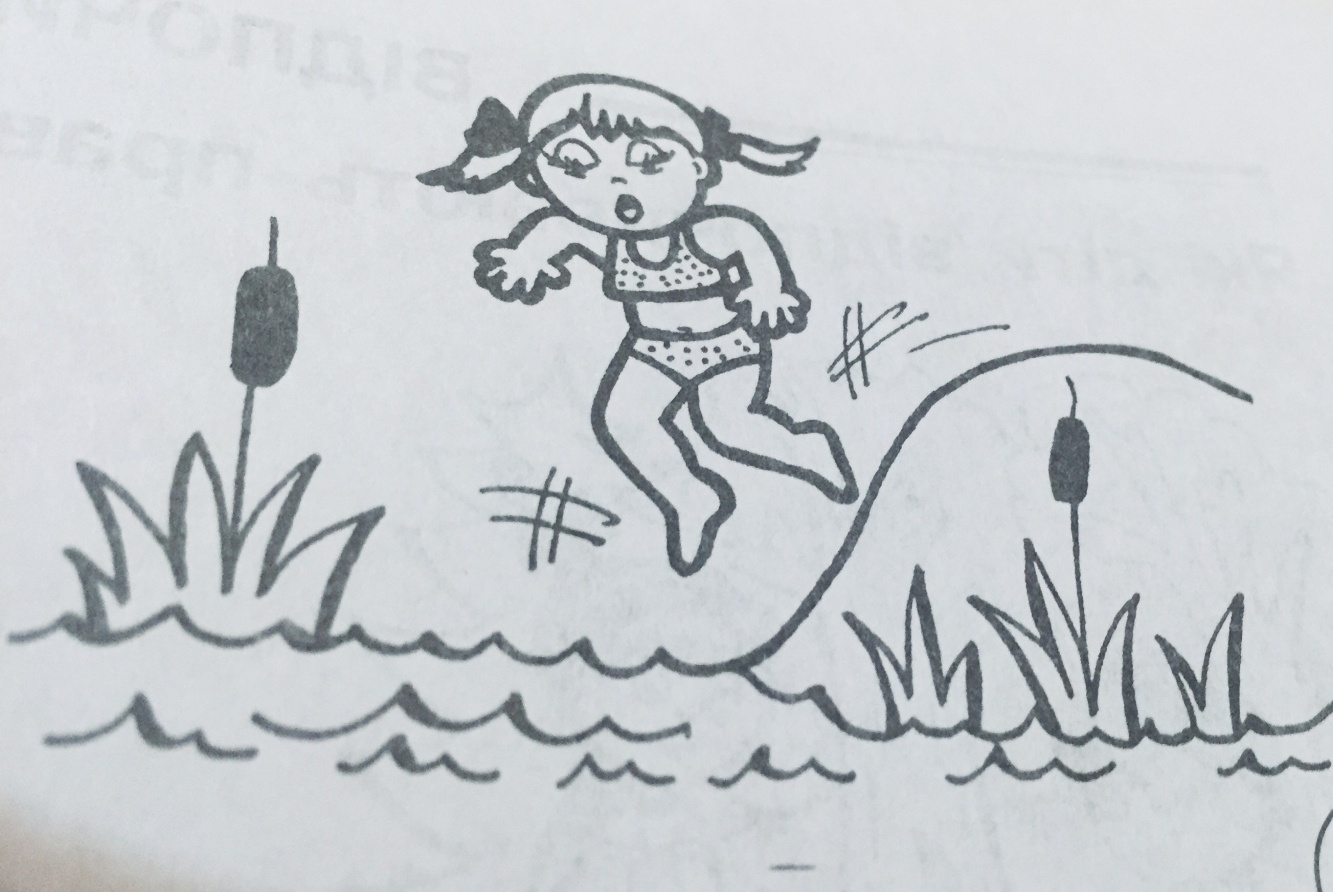
**4. Кто соблюдает правила безопасности на отдыхе? (Правильный вариант обозначь «√» )**

****



**5. Почему прыгать в воду в неизвестных местах не рекомендуется**

****

****

**Ответ:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**6. Обведи детей, которые нарушают правила безопасности на отдыхе.**

