

**АЗБУКА
БЕЗОПАСНОСТИ**

Людмила
РАДЗИЕВСКАЯ

Ты и Вода



для детей

**6-7
лет**



Думаю, дружок, ты любишь купаться — кто же не любит? Как приятно в летний солнечный денёк поплавать в речке — такой притягивающей и знакомой! Но она лишь на первый взгляд кажется безопасной. На самом деле на любом водоёме тебя подстерегает много опасностей и неожиданностей. Чтобы избежать их, надо знать особую науку — водную грамоту.

Не будем спешить, поговорим обо всём по порядку: когда и где можно купаться, как научиться плавать и как вести себя в опасных ситуациях. И пожалуйста, особое внимание обрати на Мудрые Советы — они тебе очень пригодятся.

Планета Вода

Если ты посмотришь на глобус, то увидишь: в основном он голубого цвета. Потому что воды на земном шаре гораздо больше, чем суши. Может, и назвать надо было нашу планету — планета Вода?

Откуда же на земле берётся вода? Она падает с неба, когда идёт дождь или снег. Падает и пополняет родники, ручейки, речки, озёра, моря и океаны. Солнце нагревает поверхность воды, и от неё поднимается в небо пар-невидимка. Остывая, он превращается в облако, из облака снова идёт дождь или снег... и всё начинается сначала.



Наша Земля мокрая!



Вода — волшебница: она может обернуться облаком, туманом, снегом, льдом, дождём, градом, инеем, росой! Вот это да! Ай да вода! А ещё вода очень сильная. Говорят, капля камень точит. Это правда. Вода может разрушить самые прочные скалы, каждый день подтачивая их и превращая в песок. Да-да, песок — это то, что осталось от огромных гор...



Во время землетрясения на море бывают волны высотой с большой дом — *цунами* — и настоящие водяные столбы — *смерчи*. Это природные явления, с которыми не поспоришь.

Когда весной тает снег, вода в реках поднимается и начинается *паводок*. Из-за сильных ливней может случиться *наводнение* — реки выходят из берегов и могут затопить целый город.



Зимой вода замерзает и превращается в лёд. Запомни: зимняя речка — не место для прогулок и игр. Лёд может оказаться достаточно тонким, и ты можешь провалиться в воду.

Но человек может пострадать и оттого, что не знает самых простых правил безопасности на воде.

Мудрый Совет:

Чтобы не случилась беда — узнай, чем опасна вода.

СООБРАЖАЛКИ

ЗАГАДКА

Век бежит и не устаёт.
(адоВ)



ГОВОРЯТ, что... в лесу живёт Леший, а в воде... Правильно, Водяной. Он плавает на большом коме. В зарослях тростника у него выстроен дом из ракушек. Это о нём говорят: «В тихом омуте черти водятся!»

Идём купаться!

Посмотри на реку. Видишь, с двух сторон её окружают берега. Один берег *крутой*, отвесный — он для купания не годится. Река здесь изгибается, вода подмывает берег, и поэтому в этом месте самая большая *глубина* и самое быстрое *течение*. Противоположный берег, наоборот, *пологий*. Тут мелко и течение медленное — здесь купаться гораздо безопаснее.



Ещё очень важно знать, какое у реки *дно*. Если оно покрыто илом или тиной и в нём можно увязнуть, как в болоте, — это топкое дно. Если же дно каменистое, то можно поранить ногу. Поэтому вот тебе

Мудрый Совет:

Лучше всего купаться в реке, дно которой состоит из песка или мелкой гальки, без водорослей и скользких зелёных камней. В водорослях можно запутаться, а с камней — свалиться в воду.

В мутной воде лучше не купаться: дна не видно и можно наступить на что-нибудь острое или угодить в яму. Это особенно опасно, если ты не умеешь плавать.

А вот это место для купания подходит: пологий берег, медленное течение, прозрачная вода, песчаное дно, вдали от лодочного причала.

Бывает так: день жаркий, вода в речке тёплая. Так и хочется с разбегу броситься в реку.

Мудрый Совет:

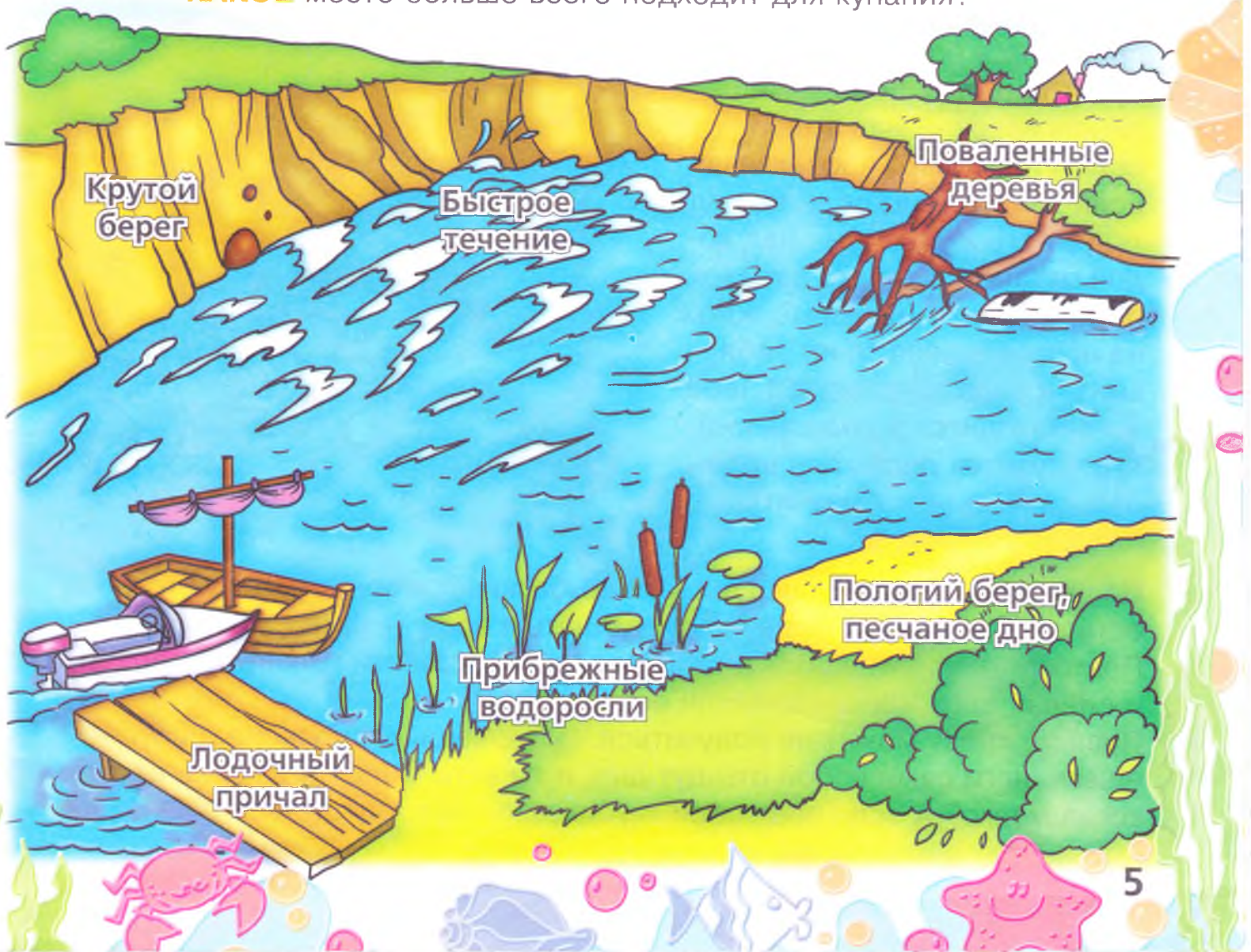
В жаркую погоду сначала разденься и посиди немножко на берегу, чтобы остыть. Затем умой лицо, смочи голову и только потом заходи в воду.

Лучшее время для купания — до полудня или ближе к вечеру, когда солнце печёт не так сильно.



СООБРАЖАЛКИ

КАКОЕ место больше всего подходит для купания?



Я — «поплавок»!

Итак, ты собрался учиться плавать, лёг на воду, а вода под тобой — ух! — и провалилась! Сразу захотелось выскочить на берег, правда? Не волнуйся и не спеши. Научиться плавать могут все — только сначала надо «почувствовать» воду.



Набери побольше воздуха и спокойно ляг на воду в неглубоком месте. Вода сначала провалится под тобой, а потом будет держать. Если ляжешь лицом вверх — над водой останутся только нос и глаза. Если ляжешь лицом вниз, подтянув ноги к животу, — над водой останется только затылок и часть спины. Ты сейчас похож на поплавок: вес тянет тебя вниз, а вода удерживает. Твоё тело находится в *равновесии*. Кто научится держать в воде равновесие — тот научится плавать.

Получилось? Теперь учишься дышать. Рыба живёт в воде, потому что у неё есть жабры. А человек не может дышать в воде — сразу захлебнётся. Поэтому, превратившись в «поплавок», приподними голову над водой и сделай вдох. Затем выдохни воздух в воду. Правда, сразу может не получиться. Потеряешь равновесие, испугаешься, ноги сами собой отыщут дно, и ты встанешь. Чего же не встать, когда мелко? А если под тобой глубина...





Мудрые Советы:

Учись плавать только вместе со взрослыми.

Попроси родителей купить тебе дыхательную трубку и сначала выполняй упражнение «поплавок» с ней.

Когда научишься лежать на воде и свободно дышать, можешь начинать учиться плавать. Ты поплыл? Поздравляем! Но это только начало.

СООБРАЖАЛКИ

Если камень в речку бросить,
Камнем он пойдёт на дно.
Если опустить тихонько,
Он утонет всё равно.
А огромный пароход
Может плавать целый год!
Есть для воздуха свобода
В животе у парохода.



КАКИЕ из этих предметов плавают, а какие тонут?

Море удовольствия

Ты теперь, как рыба в воде, — играешь в догонялки, подныриваешь, выскакиваешь в самом неожиданном месте, заплываешь дальше всех. Хорошо! Но у воды есть свои правила.

Начнём с ныряния. Прибежал ты к реке и хочешь прыгнуть с крутого берега. Погоди-погоди! Это только кажется, что вода мягкая, а как ударишься животом — будет очень больно. А прыгая с большой высоты, можно даже разбиться. Значит, прыгать надо «солдатиком» — ногами вниз.



А теперь представь, что возле берега очень мелко или острые камни прячутся под водой... Поэтому сначала спустись к реке, осмотришься. Всё в порядке? Тогда ныряй на здоровье.

Мудрый Совет:

Не ныряй, пока не изучил дно.



Когда в воде играешь в догонялки, будь внимателен: вдруг кто-то нырнул тебе навстречу. Столкнётесь головами — будет не до игры.

Никогда не пробуй кого-нибудь в шутку топить — в воде легко захлебнуться.



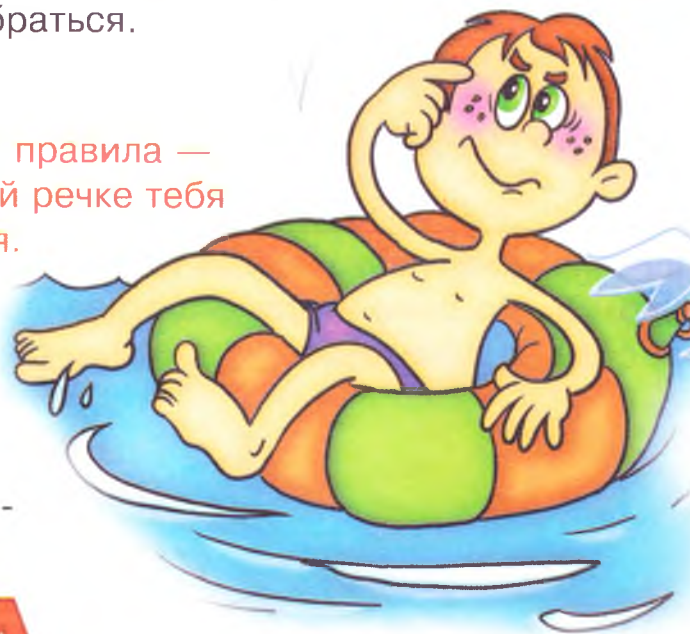


Обязательно обрати внимание на плавучие знаки — яркие буйки. За них заплывать нельзя! Там могут быть опасное течение, водоворот, воронка. За буйками плавают корабли и катера. Их лопасти загребают воду — и тебя могут затянуть. Давай договоримся: у кораблей для плавания своя территория, у тебя — своя.

Плоты и пływущие по реке брёвна — тоже большая опасность. Случалось, и опытные пловцы оказывались между брёвен или ныряли под плот, а потом не могли выбраться.

Мудрый Совет:

Учись в воде думать, соблюдай правила — и тогда даже в самой маленькой речке тебя будет ждать море удовольствия.



СООБРАЖАЛКИ

КАКАЯ опасность может подстергать тебя за буйками?

+КА



Трудно в воду спрятать мяч: Мяч всплывает, прячь — не прячь.

КАК ты думаешь, почему мяч всегда всплывает?