

БЪЛГАРСКИ ЧЕРВЕН КРЪСТ
ВОДНОСПАСИТЕЛНА СЛУЖБА



ПРИЯТЕЛИ С ВОДАТА

ТЕТРАДКА ЗА УЧЕНИКА



ПРЕВЕНЦИЯТА НА ВОДНИЯ ТРАВМАТИЗЪМ,
ОСЪЩЕСТВЯВАНА ОТ БЪЛГАРСКИ ЧЕРВЕН КРЪСТ,
СЕ ПОДПОМАГА ОТ SPORT DEROT ОФИЦИАЛЕН
ПРЕДСТАВИТЕЛ НА SPEEDO ЗА БЪЛГАРИЯ.

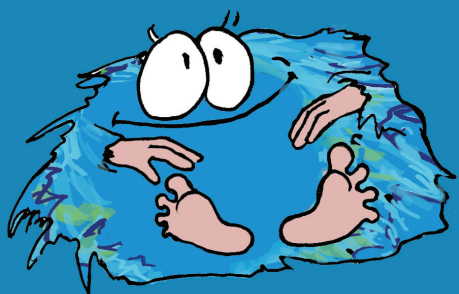
ПОСЛАНИЕТО НА ПРОГРАМАТА Е



БЕЗОПАСНОСТ

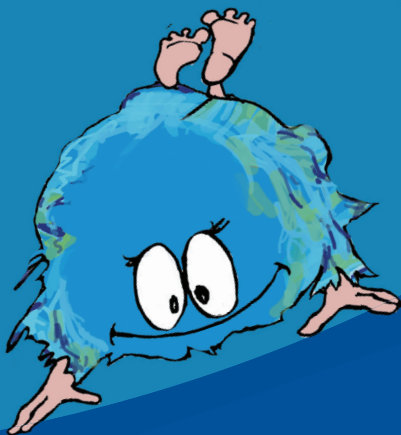
Здравей,

Казвам се **ВоДичко** и ще ме откриеш на всяка следваща страница.



Заедно с теб и моите приятели "ще преплуваме" през правилата за безопасност, ще ти разкажа невероятни неща, свързани с водата. Ние ще се учим как да бъдем сигурни във водата и около нея, а след всяка тема ще проверяваме какво сме научили.

В книжката можеш да рисуващ, оцветяваш, лепиш и изрязваш. Ще откриеш и забавни задачи, които, заедно с твоите съученици, приятели, родители и учители, ще можете да претворите в игри. Заедно ще научим много и неочаквани неща и за света, и за себе си, а не на последно място, мисля, ще се забавляваме.



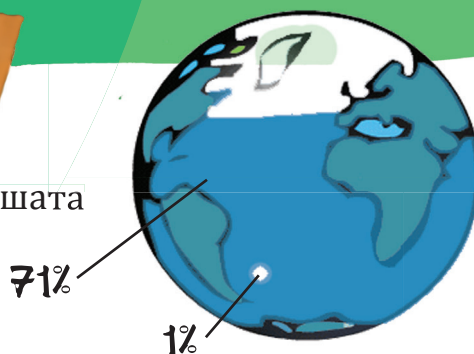
Ако се съобразяваме с правилата за безопасност, значително ще намалим риска и ще избегнем нежелани инциденти по време на къпане, плуване или игра във водата.

Водата е част от нашия живот. Тя е от изключително важно значение за съществуването ни. Почти всичко на планетата се дължи на нея. Без вода няма живот, защото тя е самият живот.

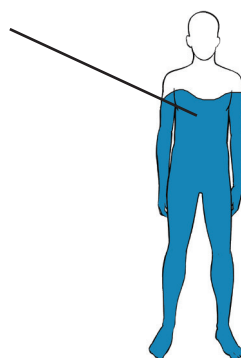
В България се радваме на изобилие от чиста и хубава вода. Това превръща страната ни в едно от най-привлекателните и красиви места в света. Ние имаме многобройни непресъхващи източници на сладка, минерална и солена вода. Важното е да пазим и съхраним безценното богатство, с което природата ни е дарила.

ЗНАЕШ ЛИ ЧЕ...

Водата покрива около 71% от площта на нашата планетата, а само 1% е годна за пиене.

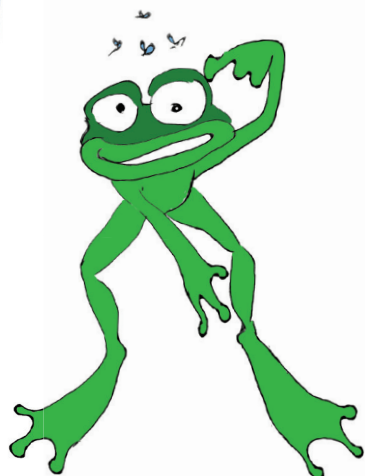


Съдържанието на вода в човешкия организъм е приблизително 70%.



Броят на водните спортове е 24. Един от тях е Водно спасяване, в който България е спечелила 6 отборни и 7 индивидуални световни титли.

ОСНОВНИ ПРАВИЛА ЗА ВОДНА БЕЗОПАСНОСТ



1. Не влизай във водата сам!
2. Не влизай във водата след обилно хранене!
3. Когато плуваш, никога не дъвчи дъвка!
4. Ако си около водата и на открито, предпази кожата си от изгаряне със слънцезащитен крем!
5. Внимавай - при буря, придружена от мълнии, във водата и около нея е много опасно! Прибери се бързо вкъщи!

НАМЕРИ И
ОГРАДИ КЛЮЧОВИТЕ ДУМИ.



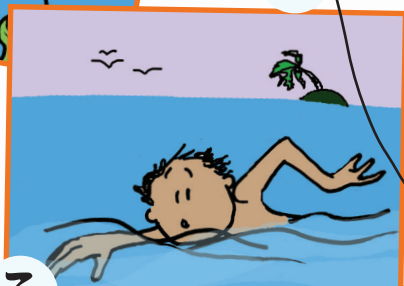
СВЪРШЕТЕ



1



2



3



4

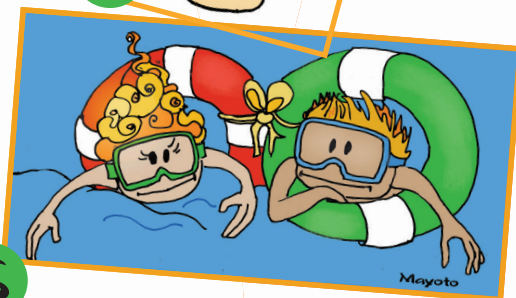


5

А



Б



В



Г



Д



ТЕСТ 2

ПОПЪЛНЕТЕ ПРАЗНИТЕ МЕСТА В ТЕКСТА С ДУМИТЕ, ДАДЕНИ ПОД НЕГО

1. Не влизай във водата след
2. Не дъвчи във водата.
3. Никога не влизай във водата
4. Ако си около водата и на открито, предпази кожата си със
5. Много е опасно по време на да си около и във водата.

слънцезащитен крем, дъвка, сам, обилно хранене, мълнии

БЕЗОПАСНОСТ И ОКОЛО ДОМА

В



За съжаление, инцидентите стават лесно и вкъщи, и около дома.

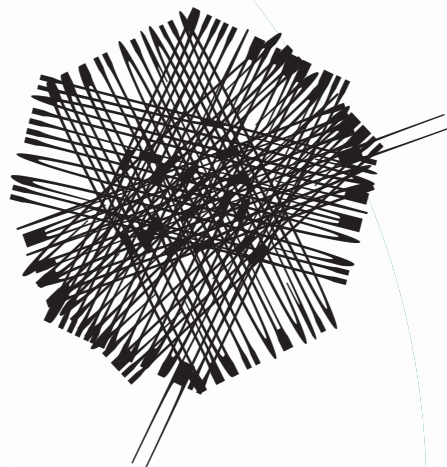
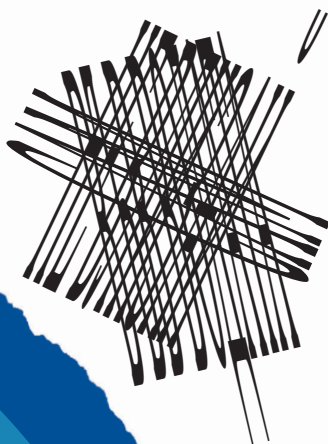
Водичко напомня, че могат да възникнат рискови ситуации и в много плитки води - зарибени езерца, варели с вода, детски басейни, шадравани. Колкото и чудно да е, малко дете може да се удави дори в 10 сантиметра дълбочина. Ваната, джакузито и домашният басейн също могат да бъдат опасни. Затова докато децата се къпят, при тях винаги трябва да има възрастен.

ПРАВИЛА ЗА БЕЗОПАСНОСТ

- * Не се къпи във ваната или в джакузито, когато си сам вкъщи!
- * Внимавай с електрическите уреди, които работят с вода - перални, бойлери, миялни машини, бързовари и др.!
- * Не играй около кладенци, цистерни и варели, пълни с вода! Не се катери по тях, защото ако паднеш вътре, може да няма кой да те извади!
- * Ако край дома ти има рибарник, вир или воден канал, никога не ходи там самичък! Най-добре е да бъдеш с възрастен човек.
- * Ако няма никой у дома, по-добре се откажи от забавленията в домашния басейн! Изчакай родителите ти да се приберат и тогава!

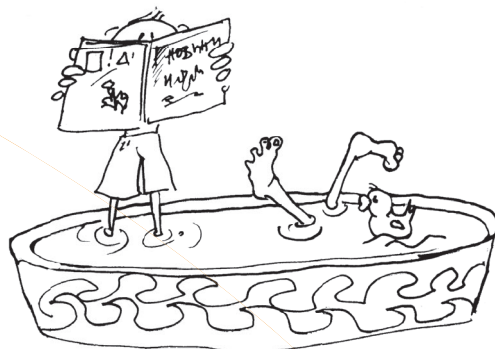
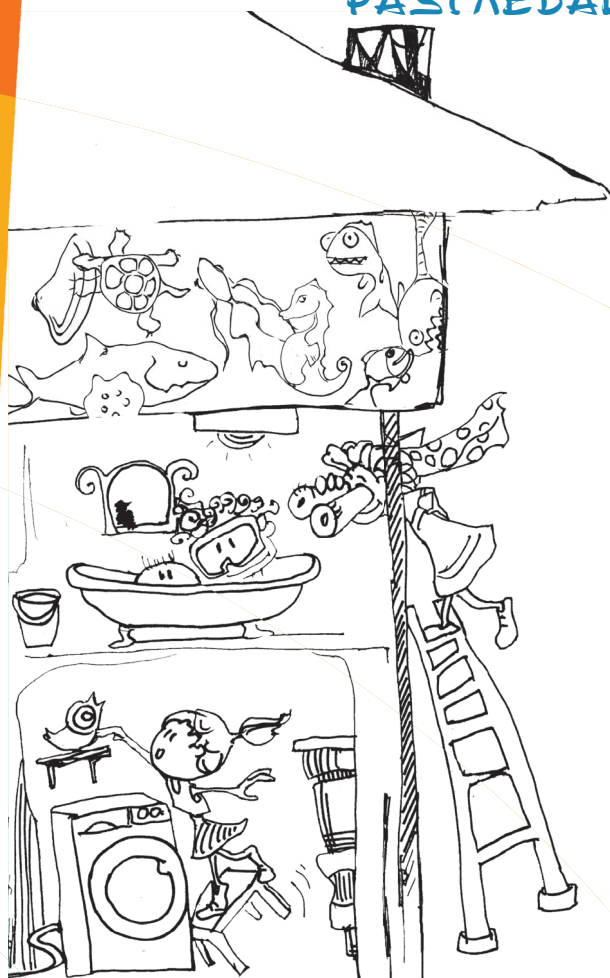
РАЗБИЙ КОДА И ПРОЧЕТИ ПОСЛАНИЯТА.

ОУВЕТИ



РАЗГЛЕДАЙ

ВНИМАТЕЛНО РИСУНКТА.
КОЙ ПОСТЪПВА
НЕПРАВИЛНО И ЗАЩО?
ОЦВЕТИ.



ТЕСТ 2

ПОПЪЛНЕТЕ ПРАЗНИТЕ МЕСТА В ТЕКСТА С ДУМИТЕ,
ДАДЕНИ ПОД НЕГО.

1. Внимавай с, работещи с вода - перални, бойлери, миялни машини, бързовари и др.
2. във ваната или джакузито, когато си сам вкъщи.
3. След излизане от ваната не забравяй да водата.
4. .. около кладенци, цистерни и варели, пълни с вода. Не се катери по тях, защото ако паднеш вътре, може да няма кой да те извади.
5. Ако край дома ти има рибарник, вир или воден канал, никога ... там сам. Най-добре е да бъдеш с човек.
6. Кладенците винаги трябва да са покрити с В случай, че няма никой у дома, откажи се от забавления в За по-сигурно изчакай твоите родители да се върнат.

не се къпи, източиш, не ходи, възрастен, не играй,
електрическите уреди, домашния басейн, капак

БЕЗОПАСНОСТ НА БАСЕЙНИ И ВОДНИ ПАРКОВЕ



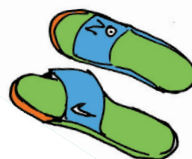
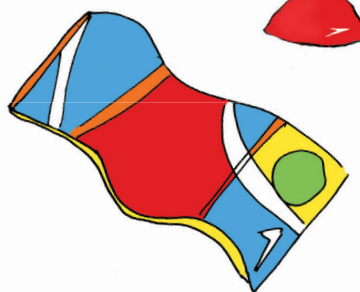
Водичко знае, че децата обичат да се забавляват в басейна. Модерните развлекателни плувни центрове (водни паркове и басейни) осигуряват вълнуващо, забавно и приятно прекарване на времето. Обаче при неспазване на определени правила за безопасност може да възникнат рискови ситуации.

Най-голямото предимство на басейните е, че докато се забавляват, децата могат да се научат да плуват. Водичко съветва: „Запиши се на курс по плуване!“

ПРАВИЛА ЗА БЕЗОПАСНОСТ

- * Важно е да се запознаеш с правилата за безопасност, изписани на информационните табели край басейна или водния парк.
- * Провери дали има спасител и спазвай неговите указания!
- * Винаги бъди с възрастен, който да се грижи и да отговаря за теб!
- * Спазвай хигиенните правила:
 - взимай душ преди влизане във водата;
 - когато се движиш около басейна, обувай джапанки;
 - не ползвай басейна за тоалетна!
- * Внимавай с “опасните игри” във водата:
 - блъскане, потапяне, скокове, гмуркане и др.!
- * Плуването или стоенето под вода е много опасно!
- * Внимавай за дълбочината и за състоянието на стълбите на басейна!

КАКВО ТРЯБВА ДА ВЗЕМЕ СЪС СЕБЕ СИ ВОДИЧКО НА БАСЕЙНА? СЪВЪРШИ.



КОЙ НЕ СПАЗВА ПРАВИЛАТА НА БАСЕЙНА?



КОЛКО
ПАТЕТА
МОЖЕШ ДА
ОТКРИЕШ НА
РИСУНКАТА?

ТЕСТ 2

ПОПЪЛНЕТЕ ПРАЗНИТЕ МЕСТА В ТЕКСТА С ДУМИТЕ,
ДАДЕНИ ПОД НЕГО.

- А**
1. Важно е да се запознаеш с за безопасност на басейна или на водния парк, изписани на информационните табла.
 2. Спазвай правила.
 3. преди влизане във водата.
 4. Басейнът не е
 5. Когато се движиш около басейна, обувай
 6. Провери дали има и спазвай неговите указания.
 7. Винаги бъди с възрастен, който да се и да за теб.
 8. Внимавай по на басейна.

спасител, взимай душ, отговаря, правилата,
стълбите, джапанки, хигиенните, тоалетна, грижи

- Б**
1. около басейна е опасно.
 2. Да блъснеш или да хвърлиш някого във водата е
 3. с потапяне насила във водата е опасно.
 4. Внимавай, когато във водата.
 5. Плуването или стоенето е много опасно.
 6. Внимавай за на басейна.
 7. Гмуркането и игрите в близост до
на дъното на басейна крият рискове.

боричкането, скачаш, отводнителната решетка,
нежелателно, дълбочината, под вода, тичането

БЕЗОПАСНОСТ НА ПЛАНДА

От всичко най-много Водичко обича морето и сега ще ви посъветва как да бъдете сигурни там.

Морските плажове са красиви и примамливи. Но те могат и да са опасни. По нашето Черноморие повечето места за слънчеви бани и къпане са охранявани, което означава, че там има спасители. За да си в безопасност край морето, научи и спазвай флаговата сигнализация и указанията на спасителите! Когато във водата усетиш някаква опасност, не се срамувай да викаш за помощ!



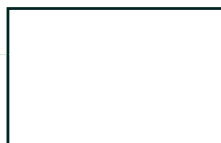
ПРАВИЛА ЗА БЕЗОПАСНОСТ

- * Къпи се и плувай само в охранявана зона!
- * Спазвай указанията на спасителите!
- * Научи значението на флаговата сигнализация (зелен, жълт, червен флаг)!
- * Запознай се с правилата за безопасност, изписани на информационните табели!
- * Внимавай, когато влизаш във водата със загрято тяло!
- * Внимавай със студената вода, не престоявай продължително в нея!
- * Внимавай с медузите и рибите (например морски дракон и морска котка)! Те могат да са опасни дори и на сушата!
- * Използвай надуваеми играчки само при зелен флаг!
- * Пази се от дънни ями! Много са опасни!
- * Когато си в плвателен съд, винаги носи спасителна жилетка!

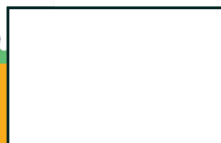
ДОПИШИ И ОЦВЕТИ ПРАВИЛНО ФЛГОВАТА СИГНАЛИЗАЦИЯ.



Важно да се знае - когато има издигнат флаг, това означава, че има спасител на пост. Охраняваната зона се маркира с червено-жълт флаг.



..... флаг – къпането разрешено.



..... флаг – къпането разрешено, но с повишено внимание.
Забранено влизането във водата с плаващи и надуваеми предмети.



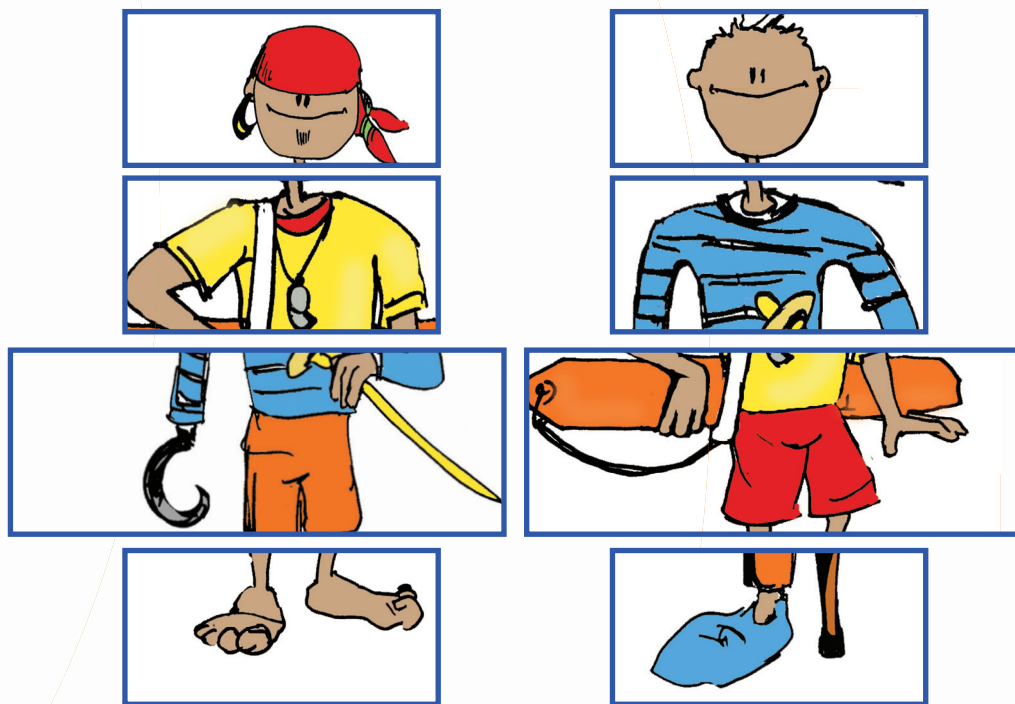
..... флаг – къпането забранено.



СВЪРНИ ПРАВИЛНО.

МОЖЕ ЛИ ДА ПОЗНАЕШ,

КОЙ КАКЪВ Е?



ТЕСТ 2

ПОПЪЛНЕТЕ ПРАЗНИТЕ МЕСТА В ТЕКСТА С ДУМИТЕ, ДАДЕНИ ПОД НЕГО.

А

1. Не плувай с в устата.
2. Ако си хапнал обилно, изчакай поне, преди да влезеш във водата.
3. При жълт флаг не си играй с във водата.
4. Къпи се и плувай само в зона.
5. Спазвай на спасителя.
6. При червен флаг ... във водата.
7. Ако флагът е, къпането се разрешава, но все пак трябва да се внимава.

**не влизай, надуваеми предмети, зелен, час и половина,
охранявана, указанията, дъвка**

Б

1. Прочети внимателно записаното на
2. Внимавай, когато влизаш във водата със тяло.
3. и дългото престояване в нея са опасни.
4. Внимавай с морските обитатели, които могат да те както във водата, така и на брега.
5. крият рискове за неумеещите да плуват.
6. Винаги бъди със когато си в плавателен съд.

**студената вода, спасителна жилетка, загорято,
информационните табели, наранят, дънните ями**

БЕЗОПАСНОСТ ВЪВ ВЪТРЕШНИ ВОДОЕМИ

Езера, реки, вирове, поточета и блата - това са естествени водоеми, дело на природата. С цел да използват водата, хората пък строят канали, язовири, рибарници и др. Наричаме ги изкуствени водоеми. Повечето от тях са сред прекрасна природа и служат за отдих, забавление, риболов. Но за да няма и неприятности, нужно е да се познават опасностите на тези места и по възможност да бъдат избягвани.

Запомнете - теченията в реките могат да са по-силни и по-опасни, отколкото изглеждат. Езерцата и язовирите изглеждат примамливи в горещите дни, но водата в тях остава много студена, дори и при най-високите дневни температури.

Водичко съветва: За да бъде приятно пребиваването ви около водоемите, научете и спазвайте следните правила.

ПРАВИЛА ЗА БЕЗОПАСНОСТ

- * Преди да влезеш във водата, помоли някой възрастен да провери дали мястото е безопасно!
- * Внимавай със скоковете във водата!
- * Винаги носи спасителна жилетка, ако си в лодка или друг плавателен съд!
- * Никога не влизай във водата със самоделно направени приспособления!
- * Водните канали имат стръмни стени. Не влизай в тях - излизането може да се окаже невъзможно!
- * Не играй непосредствено до ръба на речните брегове!
- * Внимавай с камъните в реката!
- * Не си играй върху леда на замръзнали водоеми!
- * Зимният риболов е опасен!



ПОМОГНИ НА ЧУДОВИЩЕТО ДА
СТИГНЕ ПО ВОДА ДО КОРАБА.



ТЕСТ 2

ПОПЪЛНЕТЕ ПРАЗНИТЕ МЕСТА В ТЕКСТА С ДУМИТЕ,
ДАДЕНИ ПОД НЕГО.

- А**
- имат стръмни стени и са много опасни. Те не са място за игра.
 - В реките има дълбоки места и Не влизай в, там не е място за плуване и игри.
 - Не играй и не сядай близо до на речния бряг, той може да се срути внезапно.
 - Внимавай за под водата. Някой възрастен трябва предварително мястото за къпане.
 - Не можеш да определиш колко е една дупка, когато е пълна с вода.

**дълбока, опасни предмети, бързи течения,
да провери, ръба, реката, водните канали**

- Б**
- Не ходи за риба сам, а винаги с
 - Студената вода може да е много Ако ти стане студено,
 - Ако ще плаваш с лодка, кану или джет, задължително трябва да си със.....
 - Не стъпвай върху езерца, реки и канали,
 - Внимавай, когато се разхождаш през близо до реки. Много често натрупалият сняг е скрил коритото на реката и може да в нея.

**пропаднеш, спасителна жилетка, излез веднага,
опасна, зимата, възрастен, покрити с лед**

ОСНОВНИ ПРАВИЛА НА ПОВЕДЕНИЕ ПРИ ВОДЕН ИНЦИДЕНТ



При воден инцидент всеки може да помогне, но трябва да знае как. Водичко съветва какво трябва да се прави в такива случаи, за да си сигурен, че и ти самият няма да пострадаш. При спасяване решителни за оцеляването са първите минути след инцидента, когато давящият се е все още на повърхността на водата.

Ако паднеш във водата:

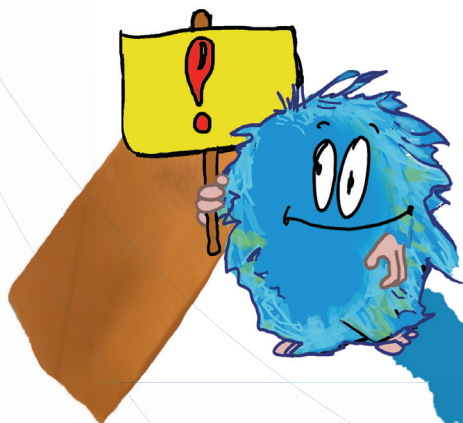
- * запази спокойствие;
- * ако не достигаш дъното, опитай да се задържиш на повърхността по гръб;
- * привлечи внимание, като викаш за помощ, и ако можеш - махай с ръка!

Видиш ли някой в беда, не скачай във водата да му помагаш:

- * запази спокойствие;
- * извикай спасител или някой възрастен;
- * огледай се за плаващ предмет (пояс, топка, голяма пластмасова бутилка, туба за вода и др.), които можеш да хвърлиш към пострадалия във водата;
- * обади се на възрастен!

Важно е да осигуриш собствената си безопасност!

ВОДИЧКО ТЕ ПРИКАНЯ ДА СИ ПРИПОМНИШ ОСНОВНИТЕ ПРАВИЛА ЗА ВОДНА БЕЗОПАСНОСТ



1сам!

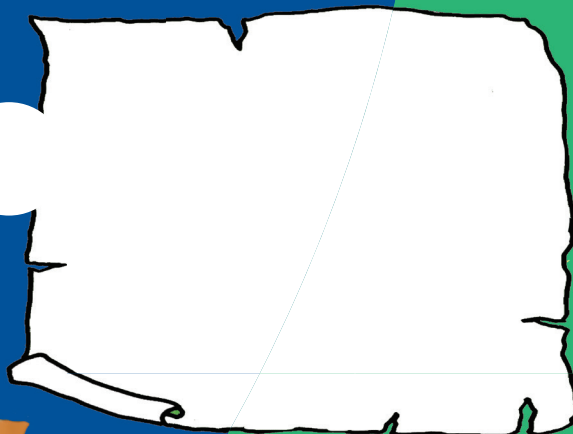
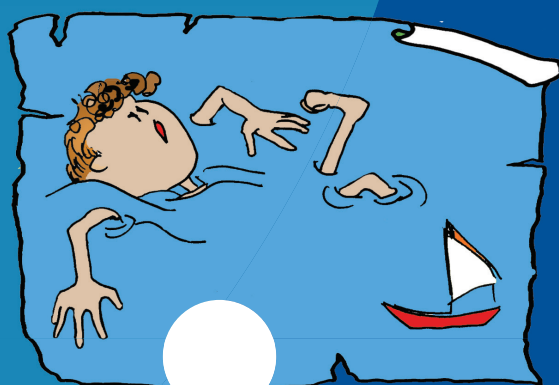
2 обилно хранене!

3 дъвчи дъвка!

4 със слънцезащитен крем!

5 във водата и около нея е много опасно! Прибери се бързо вкъщи!

НОМЕРИРАЙ КАРТИНКИТЕ СПОРЕД ПРАВИЛНАТА ПОСЛЕДОВАТЕЛНОСТ.
ДОРИСУВАЙ ЛИПСВАЩАТА СЦЕНКА.
РАЗКАЖИ КАКВО СЕ Е СЛУЧИЛО.



ТЕСТ 2

ПОПЪЛНЕТЕ ПРАЗНИТЕ МЕСТА В ТЕКСТА С ДУМИТЕ, ДАДЕНИ ПОД НЕГО.

1. При воден инцидент запази
2. Дори и да знаеш да плуваш, във водата да помагаш.
3. Ако си във вода и си в беда, не се срамувай да
4. Ако видиш бедстващ човек във водата, извикай или някой възрастен.
5. Решиш ли да помогнеш, огледай се за плаващ предмет, който може към пострадалия във водата.
6. Важно е да осигуриш собствената си

викаш за помощ, спокойствие, не скачай,
спасител, безопасност, да хвърлиш

Ако си се справил с всички задачи успешно, то тогава си запознат с началните умения за безопасност във водна среда. Това ти дава право да се присъединиш към голямото семейство на доброволците на Воднospасителната служба.

Бъди приятел с водата. Обичай я, доверявай и се, но бъди внимателен. Ти вече знаеш как да избегнеш рисковете и как да се защитиш. И не забравяй - видиш ли някой да се нуждае от помощ във водата, не се колебай. Направи всичко необходимо да му помогнеш, но мисли и за себе си. Така ще го спасиш, без да пострадаш.

ВОДИЧКО ТЕ ПОЗДРАВЯВА И ТЕ НАГРАНДАВА С ГРАМОТА.



ПРОГРАМА „ПРИЯТЕЛИ С ВОДАТА”
ЗА ПОВИШАВАНЕ РАЗБИРАНЕТО НА ВОДНАТА БЕЗОПАСНОСТ
СРЕД УЧЕНИЦИТЕ ОТ НАЧАЛНИТЕ УЧИЛИЩА

Автори
© Антон Налбантов, Теодора Томова, Майа Антова,
Борис Захариев, Наталия Стоянова

Художник на корицата, илюстрациите и графичен дизайн
© Майа Антова

Педагог-консултант
Сийка Черкезова

Коректор
Иван Чончев

Издателство
СИМОЛИНИ 94

ISBN 978-954-8406-14-7