

## ΚΑΤΑΝΟΗΣΗ ΓΡΑΠΤΟΥ ΛΟΓΟΥ

### Κολύμβηση! Ακολουθήστε τους κανόνες

Διαβάσετε σε ένα περιοδικό οδηγίες για να κολυμπάτε με ασφάλεια. Το περιοδικό όμως είναι παλιό κι έτσι βλέπετε καθαρά μόνο το πρώτο μέρος της κάθε οδηγίας. Στον πίνακα που ακολουθεί έχετε το δεύτερο μέρος κάθε οδηγίας. Σημειώστε στον πίνακα τη συνέχεια κάθε οδηγίας που διαβάσετε, όπως στο παράδειγμα. Χρησιμοποιήστε τους αριθμούς 2-13. Ο αριθμός 1 είναι για το παράδειγμα.

ΠΡΟΣΞΕΤΕ: Οι απαντήσεις που πρέπει να δώσετε είναι ΔΩΔΕΚΑ (12) χωρίς το παράδειγμα.

Κάθε χρόνο πνίγονται στη θάλασσα πολλοί άνθρωποι. Τα «αθώα» παιχνίδια στο νερό μπορεί να είναι επικίνδυνα. Πρέπει να ακολουθούμε κάποιους κανόνες. Αν δεν το κάνουμε, κινδυνεύουμε. Διαβάστε τις συμβουλές του ναυαγοσώστη. Είναι πολύ χρήσιμες. Ακολουθήστε τις με προσοχή και καλές βουτιές!

1. Μην πηγαίνετε ποτέ μόνοι σας στη θάλασσα.
2. Μην πηγαίνετε ποτέ για μπάνιο μετά το φαγητό. Πρέπει να έχουν περάσει
3. Αποφεύγετε το κολύμπι με εντελώς άδειο στομάχι. Πρέπει
4. Μην πίνετε ποτέ αλκοόλ, γιατί
5. Μην κολυμπάτε αμέσως μόλις φάτε παγωτό ή
6. Μην παραμένετε για μεγάλο διάστημα ακίνητοι στον ήλιο,
7. Μη βουτάτε στη θάλασσα απότομα, αμέσως μετά την ηλιοθεραπεία. Το ζεστό σώμα πρέπει να συνηθίσει σιγά σιγά τη θερμοκρασία του νερού. Πρώτα βρέχετε το σώμα σας
8. Αν νιώθετε ότι κάτι δεν πάει καλά στον οργανισμό σας,
9. Αποφεύγετε τις βουτιές σε μέρος που δεν ξέρετε τι υπάρχει στον βυθό
10. Μην πετάτε γυάλινα αντικείμενα και
11. Μην κολυμπάτε μακριά από την ακτή, γιατί αν φωνάξετε
12. Μη φωνάζετε «βοήθεια»
13. Μην αφήνετε μικρά παιδιά μόνα τους ούτε στην ακροθαλασσιά,

<b>1</b>	<b>Είναι σημαντικό να έχετε κάποιον κοντά σας. παράδειγμα</b>
	άλλες κρύες τροφές.
	ή παπούτσια.
	σιγά σιγά, μετά μπαίνετε στο νερό και στη συνέχεια βουτήξτε ολόκληροι.
	ή δεν γνωρίζετε το βάθος του.
	υπάρχουν βράχια.
	είναι επικίνδυνο για τον οργανισμό σας.
	γιατί φέρνει ζαλάδα και μπορεί να πνιγείτε.
	σκουπίδια στους χώρους που κολυμπάτε.
	βιβλία και τετράδια.
	γιατί το κακό μπορεί να γίνει ακόμη και σε δύο εκατοστά νερό.
	ή «πνίγομαι» στα αστεία.
	γιατί βρέχει.
	τουλάχιστον δύομισι ώρες από το τελευταίο σας γεύμα.
	ειδοποιήστε κάποιο γιατρό.
	τουλάχιστον έδυσε ο ήλιος.
	να έχετε φάει ελαφρά πριν κολυπήσετε.
	μασάτε σιγά σιγά και μετά μπαίνετε στο νερό.
	για βοήθεια δεν θα σας ακούσει κανένας.