

Уважаемые родители,

соблюдайте правила поведения ребенка на воде в летний период!

1. Купаться следует в специально оборудованных местах: пляжах, бассейнах, купальнях.
2. В воде следует находиться не более 10-15 минут. При переохлаждении тела могут возникнуть судороги.
3. При судорогах помогает укалывание любым острым предметом (булавка, щепка, острый камень и др.).
4. Не купайтесь сразу после приема пищи и большой физической нагрузки (игра в футбол, бег и т. д.). Перерыв между приемами пищи и купанием должен быть не менее 45-50 минут.
5. Не подплывайте близко к идущим судам. Вблизи идущего теплохода возникает течение, которое может затянуть под винт.
6. Опасно прыгать или нырять в воду в неизвестном месте - можно удариться головой о грунт, корягу, сваю и т.п., сломать шейные позвонки, потерять сознание и погибнуть.
7. Не допускайте грубых игр на воде. Нельзя подплывать под купающихся, «топить», подавать ложные сигналы о помощи и др.
8. Не оставляйте возле воды малышей. Они могут оступиться, упасть, захлебнуться водой или попасть в яму.
9. Очень осторожно плавайте на надувных матрасах и надувных игрушках. Ветром или течением их может отнести далеко от берега, а волной - захлестнуть, из них может выйти воздух, что может привести к потере плавучести.
10. Не используйте гребные и моторные плавсредства, водные велосипеды и мотоциклы в зонах пляжей, в общественных местах купания при отсутствии буйкового ограждения пляжной зоны и в границах этой зоны.
11. Почувствовав усталость, сразу плывите к берегу.

**Предотвратите утопление ребенка, сохраните ему жизнь,
научив его элементарным правилам поведения на воде!**