

У ВОДЫ БЕЗ БЕДЫ



Правила поведения у воды в летний период

ПАМЯТКА РОДИТЕЛЯМ!

МАМЫ И ПАПЫ

В связи с наступлением жаркой погоды, в целях безопасности детей на водоемах в летний период обращаемся к Вам с убедительной просьбой:

- провести разъяснительную работу о правилах поведения на природных и искусственных водоемах и о последствиях их нарушения.



- Купаться в незнакомых местах
- Плывать сразу после еды
- Баловаться в воде
- Пить воду из водоема
- Идти купаться, не спросив разрешения у родителей
- Заплывать на глубину
- Прыгать в реку с крутого берега
- Отплывать далеко от берега на надувном матрасе
- Кричать в шутку «Тону!»

-  Пользоваться нарукавниками или надувным кругом
-  Плавать только под присмотром взрослых
-  Надевать во время прогулки на лодке спасательный жилет



- * Прежде чем войти в воду, сделайте разминку, выполнив несколько легких упражнений
- * Постепенно входите в воду
- * Не ныряйте при недостаточной глубине водоема
- * Продолжительность купания: не более 30 минут. При невысокой температуре воды - не более 5-6 минут
- * Во избежание перегрева отдыхайте на пляже в головном уборе

