Правила поведения на воде

•Не ходи к водоему один, без взрослых.

•Никогда не купайся в незнакомом месте. Купаться можно только в специально отведённых для этого местах.

• Входить в воду надо осторожно, давая организму привыкнуть на неглубоком месте остановиться и окунуться. В воде можно находиться 10-15 минут. Ни в коем случае не доводить себя до озноба. От переохлаждения в воде появляются опасные для жизни судороги, сводит руки и ноги. В таком случае нужно плыть на спине.

•Не заходи в воду при сильных волнах.

•Попав в сильное течение, не надо плыть против него, иначе можно легко выбиться из сил. Лучше плыть по течению, постепенно приближаясь к берегу.

• Никогда не следует подплывать к водоворотам - это самая большая опасность на воде. Попав в водоворот, наберите побольше воздуха в легкие, погрузитесь в воду и сделайте сильный рывок в сторону по течению, всплывайте на поверхность.

•Опасно подплывать к идущим пароходам, катерам, вблизи которых возникают различные водовороты, волны и течения.

• Не ныряй в воду с плотов, пристани и других плавучих сооружений, особенно в местах неизвестной глубины, так как можно удариться головой о песок, глину, сломать себе шейные позвонки, потерять сознание и погибнуть.

• При катании на лодке, не садись на ее борта, ЗАПРЕЩЕНО: пересаживаться с одного места на другое, а также переходить с одной лодки на другую, вставать во время движения.

• Если не умеете плавать, необходимо иметь спасательные средства.

• Во время игр в воде будь осторожен и внимателен.

• Не зови без надобности на помощь криками «Тону!»