

Памятка по правилам поведения на водных объектах.

Начинать купание следует при температуре воды не ниже 18 градусов и при ясной безветренной погоде при температуре воздуха 25 и более градусов.

Не рекомендуется купаться ранее, чем через 1,5 часа после еды.

Входите в воду осторожно, когда она дойдет до пояса, остановитесь и быстро окунитесь с головой, а потом уже плывите.

Не следует входить в воду уставшим, разгоряченным или вспотевшим.

Если Вы плохо плаваете, не доверяйте надувным матрасам и кругам.

Паника – основная причина трагедий на воде.

Никогда не поддавайтесь панике.

НЕОБХОДИМО ПОМНИТЬ!

купаться можно только в разрешенных местах;

нельзя нырять в незнакомых местах –на дне могут оказаться притопленные бревна, камни, коряги и др.;

не следует купаться в заболоченных местах и там, где есть водоросли или тина;

не отплывайте далеко от берега на надувных плавсредствах –они могут оказаться неисправными.;

нельзя цепляться за лодки, залезать на знаки навигационного оборудования –бакены, буйки и т.д.;

нельзя подплывать к проходящим судам, заплывать за буйки, ограничивающие зону заплыва, и выплывать на фарватер;

нельзя купаться в штормовую погоду или в местах сильного прилива;

если вы оказались в воде на сильном течении, не пытайтесь плыть навстречу течению. В этом случае нужно плыть по течению, постепенно приближаться к берегу;

если вы попали в водоворот, наберите побольше воздуха, нырните и постарайтесь резко свернуть в сторону от него;

если у Вас свело судорогой мышцы, ложитесь на спину и плывите к берегу, постарайтесь при этом растереть сведенные мышцы;

Не стесняйтесь позвать на помощь;

нельзя подавать крики ложной тревоги.

ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ ДЕТЕЙ НА ВОДЕ

когда купаешься, поблизости от тебя должны быть взрослые;

нельзя играть в тех местах, откуда можно упасть в воду;

не заходи на глубокое место, если не умеешь плавать или плаваешь плохо;

не ныряй в незнакомых местах;

не заплывай за буйки;

нельзя выплывать на судовой ход и приближаться к судну;

не устраивай в воде игр, связанных с захватами;

нельзя заплывать далеко на надувных матрасах и камерах (если плохо плаваешь);

не пытайся плавать на бревнах, досках, самодельных плотках.