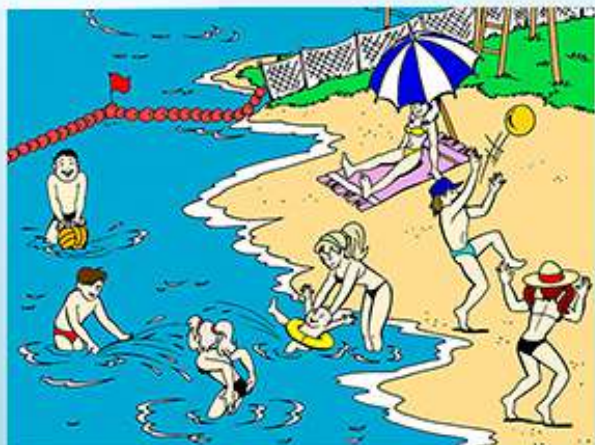


# ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ НА ВОДЕ



*Купайтесь только на оборудованных пляжах. Не перегревайтесь и не переохлаждайтесь. Купаться рекомендуется в солнечную безветренную погоду при температуре воды 17-19°C, воздуха 20-25°C.*

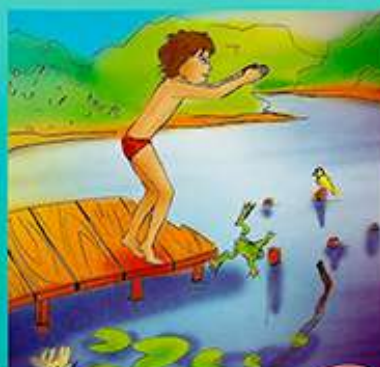
*Не заплывайте далеко, особенно за буйки. Можно не рассчитать своих сил. Если вы почувствовали усталость, не стремитесь быстрее доплыть до берега. Перевернитесь на спину и, поддерживая себя на поверхности легкими движениями рук и ног, «отдохните» на воде.*



*Катаясь на лодке, обязательно пользуйтесь спасательными жилетами. Нельзя допускать шалости во время движения лодки – это опасно для жизни! Нельзя садиться на борт лодки и перегибаться через него. Нельзя раскачивать лодку - она может перевернуться.*



*Если во время купания вас застала гроза, немедленно выйдите из воды и отойдите как можно дальше от берега.*



*Не прыгайте в воду с сооружений, не приспособленных для этого, и в местах, где вы не знаете глубину и состояние дна.*



*Не допускайте шалостей на воде: подплывать и хватать за ноги купающихся, «топить», шутя звать на помощь.*



*Очень осторожно плавайте на надувных матрасах, автомобильных камерах и надувных игрушках. Ветром или течением их может отнести очень далеко от берега, волной – захлестнуть, из них может выйти воздух и они утонут. Не плавайте на надувных матрасах при сильном ветре!*

# ОСНОВНЫЕ ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ НА ВОДЕ

## Как вести себя на воде в летнее время



В воде избегайте вертикального положения. Не ходите по илистому и заросшему водорослями дну.



Не заплывайте далеко от берега на надувных матрацах и автомобильных камерах.



Не используйте для плавания самодельные устройства — они могут не выдержать вес и перевернуться.



Не боритесь с сильным течением — плывите по течению, постепенно приближаясь к берегу.



Не стойте и не играйте в тех местах, откуда можно упасть.



Не ныряйте в незнакомых местах — неизвестно, что может оказаться на дне.