Уважаемые родители!

В разгаре лето, школьные каникулы. В это время, находясь у воды, особенно важно не забывать о безопасности. Обязательное соблюдение всех правил безопасного поведения на воде – залог сохранения здоровья и спасения жизни!

Перед посещением пляжа расскажите ребенку о правилах поведения на воде, объясните, что для безопасного отдыха нужно их соблюдать.

ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОСТИ НА ВОДЕ

• Не нужно купаться сразу после приема пищи (после последнего приема пищи должно пройти не менее 1,5-2 часов).

• В холодной воде (менее +16ºС) плавать нельзя: от холода ноги и руки сводит судорогой, человек не может двигаться.

• Начинать водные процедуры следует с 10 минут, и увеличивать время постепенно.

• Купаться следует на оборудованных пляжах – это не только безопасность, но и комфорт. Такие пляжи проверены, соответствуют нормам безопасности и санитарии, там присутствует инструктор-спасатель.

• Нельзя заплывать за буйки, удаляться на середину водоема. Для детей безопасное место – возле берега.

• На пляже обязательно носить головной убор, использовать зонт от солнца.

• Если ребенок не умеете плавать, то купаться следует возле берега со специальными средствами – налокотники, плавательный круг и так далее.

Что нельзя делать на водоеме:

• заплывать за ограждения, если они есть, а если нет, то плавать далеко от берега, где глубокое дно;

• прыгать в воду с лодок, мостиков, и других мест, не предназначенных для этого;

• в сильную жару сразу забегать в воду полностью, сначала следует ополоснуться водой;

• купаться в непогоду – шторм, дождь и грозу;

• заплывать на середину на надувном матрасе или круге, так как такие средства используются только для купания возле берега;

• хватать другого ребенка за ноги и тянуть на дно или толкать других детей в воду даже в процессе игры.

Итак, уважаемые родители, ***перед началом купального сезона проведите инструктаж и отработайте с ребенком возможные действия при чрезвычайной ситуации. Соблюдайте правила пребывания на воде сами, и научите этому своего ребенка.***

Уважаемые взрослые,

не оставляйте детей без присмотра!

ПОМНИТЕ! ЖИЗНЬ И ЗДОРОВЬЕ ДЕТЕЙ – В ВАШИХ РУКАХ!