



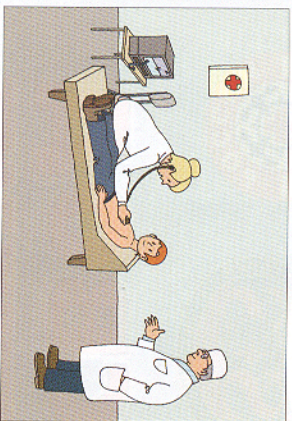
Восвод представляет:

# Правила поведения на воде

ПЕРЕД КУПАЛЬНЫМ СЕЗОНОМ

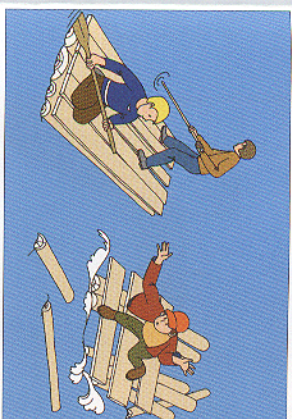
ОСТОРОЖНОСТЬ НА ВОДЕ - ПРЕЖДЕ ВСЕГО!

ВНИМАНИЕ - ОТДЫХ НА ЛОДКЕ!

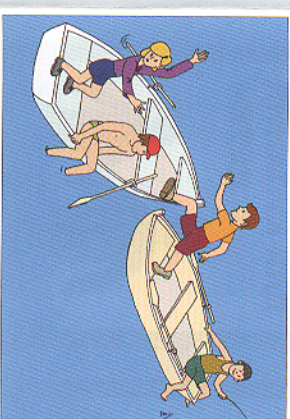


**ПЕРВОЕ УСЛОВИЕ БЕЗОПАСНОГО ОТДЫХА НА ВОДЕ - УМЕНИЕ ХОРОШО ПЛАВАТЬ!**  
Поэтому самое главное перед летним сезоном - научиться плавать!  
Помочь научиться плавать могут родители, инструктор, вожатый в лагере или другие взрослые.

**ОБЯЗАТЕЛЬНО ВСЕЮ ПРОЙДИТЕ МЕДИЦИНСКИЙ ОСМОТР!**

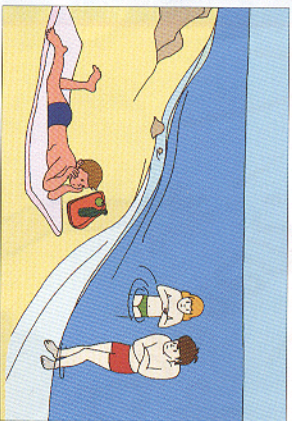


**НЕ ИСПОЛЬЗУЙТЕ ДЛЯ ПЛАВАНИЯ САМОДЕЛЬНЫЕ УСТРОЙСТВА!**  
Они могут не выдержать вашего веса и перевернуться. Они могут сломаться, когда вы будете на глубокое место или просто далеко от берега.



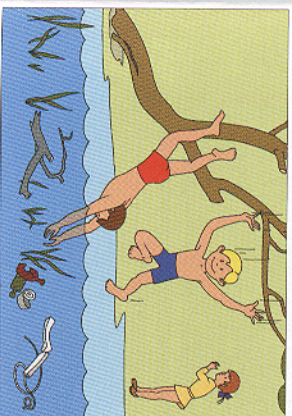
Катайтесь на лодке только в сопровождении взрослых.  
Не садитесь на борт лодки, не пересаживайтесь с одного места на другое, не переходите из одной лодки в другую, не раскачивайте лодку, не ныряйте с нее.

СОБЛЮДАЙТЕ ПРАВИЛА КУПАНИЯ



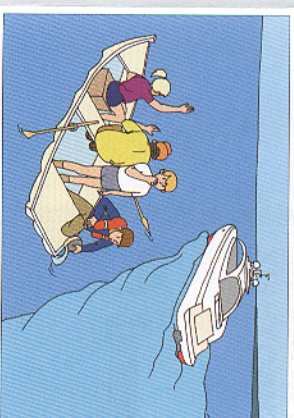
Не сидите в воде до озноба и посинения. Купаться нужно не более 10-15 минут, а потом позаторать, поиграть и только после этого опять лезть в воду. Купаться можно не более 3-5 раз подряд по 10-15 минут.  
Не бросайтесь в воду, если вы разгорячены - резкий перепад температуры может вызвать остановку сердца.

**НЕ КУПАЙТЕСЬ ПОСЛЕ ЕДЫ!**  
Это может вызвать непроизвольные желудочно-кишечные спазмы.



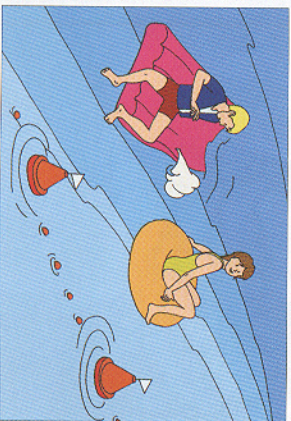
ПОМНИТЕ!

Не купайтесь в запрещенных местах. Нарушение этого правила может привести не только к несчастному случаю, но и к гибели.  
Во время купания не теряйте друг друга из виду. Не шалите на воде.  
Не заплывайте далеко от берега, за предупредительные знаки.  
Не подплывайте близко к проходам судам.  
Не прыгайте головой в воду с пристаней, набережных, мостов. Можно удариться головой о дно или находящийся в воде предмет, потерять сознание и погибнуть.



**НЕ ПЕРЕГРУЖАЙТЕ ЛОДКИ И КАТЕРА!**  
**НЕ ПОДСТАВЛЯЙТЕ БОК ЛОДКИ ВОЛНЕ!**  
**НЕ ВСТАВАЙТЕ В ЛОДКЕ!**  
**НЕ МЕНЯЙТЕСЬ МЕСТАМИ ПРИ ДВИЖЕНИИ ЛОДКИ!**  
**НЕ ПРЫГАЙТЕ С БОРТОВ!**

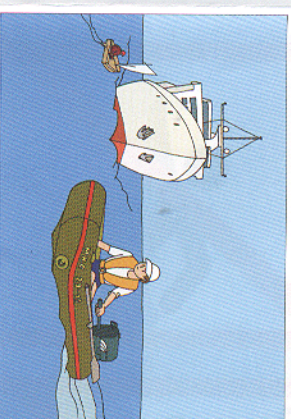
ЕСЛИ ВЫ НЕ ОЧЕНЬ ХОРОШО ПЛАВАЕТЕ



Если вы не умеете плавать, нельзя пользоваться при купании досками, камерами от автомашин, надувными матрацами.  
Если вы попадете на глубокое место и случайно соскользните с предмета, на котором плывете, то не сможете самостоятельно добраться до берега.



Не купайтесь у крутых, обрывистых берегов.  
Не купайтесь у пристаней и причалов.  
Не ныряйте в местах с неизвестной глубиной.  
Не купайтесь в темноте. Вы можете натолкнуться на плавающие в воде предметы, и спасти человека в темное время суток гораздо труднее.  
Находясь у водоемов, будьте дисциплинированы, выполняйте правила поведения на воде и останавливайте тех, кто их нарушает.



**НЕ ПЕРЕСЕКАЙТЕ СУДОВОЙ ХОД!**  
**НЕ ПОДПЛАВЛЯЙТЕ К ПРОХОДЯЩИМ СУДАМ!**