

Безопасность на воде

Никогда не купайтесь в незнакомом месте

Безопаснее всего купаться в зоне, огороженной буйками или поплавками.

В холодную воду заходите медленно

Иначе голова закружится или может свести ногу. Если свело ногу, погрузитесь на секунду в воду с головой и, распрямив сведенную судорогой ногу потяните.

Потяните за большой палец ступню на себя. Как правило, судорога отойдет.

Не ныряйте и не прыгайте с обрывов в воду.

Под водой могут оказаться затопленные бревна или **железки**. О которых можно пораниться.

Не купайтесь в реке, по которой плавают катера и суда.

Или, по крайней мере, держитесь от них по дальше. Волна от катера может накрыть вас.

С головой, а если вы подплывете слишком близко к судну, может затянуть под винты.

Не устраивайте в воде игры с шуточными «утоплениями».

пользоваться надувным матрасам без присмотра взрослых запрещено! Матрас может неожиданно «сдуться», или течение унесет вас далеко от берега.

Если вы плохо плаваете, держитесь к берегу поближе.

Так, чтобы в любой момент можно было коснуться ногами дна.