Обучение детей поведению на воде в летний период.

Рекомендации для родителей (чему необходимо научить детей):

* Купаться можно в разрешенных местах, в купальнях или на оборудованных пляжах.
* Для купания выбирайте песчаный берег, тихие неглубокие места с чистым дном.
* Не купайтесь в запрещенных и необорудованных для купания местах (у плотин, на водосбросе, в карьерах, котлованах, бассейнах для промышленных нужд).
* Помните, что при купании категорически запрещается:
  + заплывать далеко от берега, выплывать за пределы ограждения мест купания;
  + подплывать близко к проходящим катерам, весельным лодкам, гидроциклам;
  + взбираться на технические предупредительные знаки;
  + прыгать в воду с лодок, катеров и других плавательных средств;
  + купаться в вечернее время после захода солнца;
  + прыгать в воду в незнакомых местах;
  + купаться у крутых, обрывистых берегов.
* Помните, что после еды разрешается купаться не раньше, чем через полтора - два часа.
* Во время купания не делайте лишних движений, не переутомляйте себя.
* Остерегайтесь водоворотов, никогда не подплывайте к ним близко.
* Помните, что причиной гибели на воде часто бывает сковывающая его движения судорога.
* Причины этому следующие:
  + переохлаждение в воде;
  + переутомление мышц;
  + купание незакаленного в воде с низкой температурой;
* Во всех случаях рекомендуется по возможности выйти из воды.