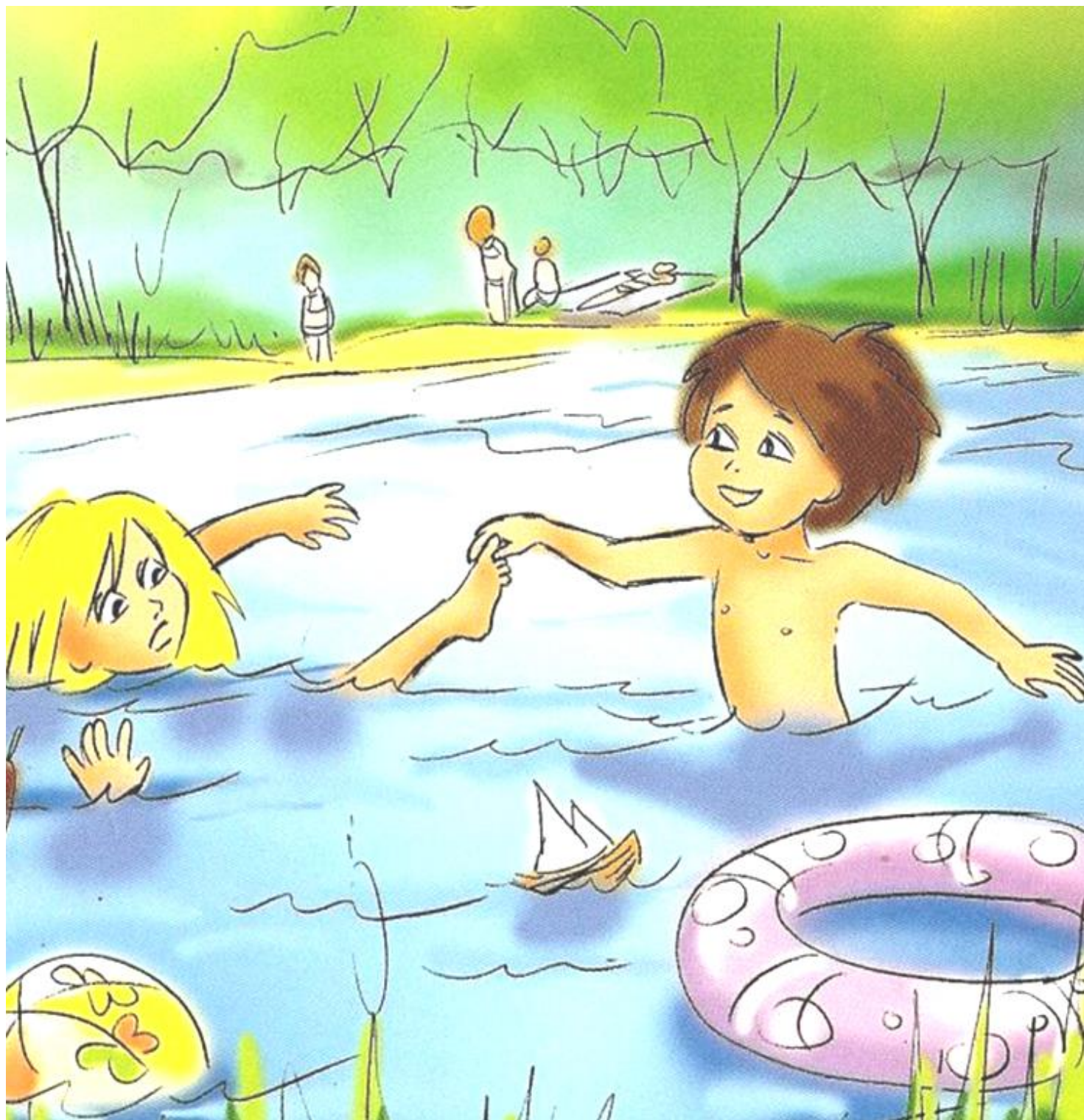


Вот и наступило лето и долгожданные самые длинные в учебном году летние каникулы. А как может быть летний отдых без брызг и веселья на реке? Конечно никак! И именно поэтому, чтобы отдых был как можно лучше и веселее, необходимо всегда помнить о нескольких простых правилах хорошего поведения при купании.

Ведь вода - это всё-таки опасно. Там может быть сильное течение, или резкая глубина, ноги могут запутаться в водорослях, или солнышко припечь голову.

А соблюдая простые правила хорошего поведения вы всегда сможете спокойно наслаждаться прохладными брызгами и играть на воде без всяких опасностей.

Некоторые из вас уже умеют плавать, однако это ещё не значит, что с вами ничего не может случиться. Главное помните, что во всём нужно слушаться взрослых, так как именно они в первую очередь заботятся о вас!





Помните, что в первую очередь на пляже необходимо надевать головной убор, так как может произойти солнечный удар.



Не ходите на пляж без родителей или старших братьев и сестёр. Всегда говорите им если куда то уходите.

Не купайтесь в местах, где много веток и водорослей и нет хорошего входа в воду.



Не ныряйте и не прыгайте в воду в неизвестных местах - там могут быть коряги и камни, которых не видно.



Не играйте в воде в игры связанные с долгими ныряниями и захватом. Не заходите на глубину - ноги всегда должны доставать до дна. Не топите друг друга!



Не играйте вблизи от воды в местах, где можно случайно упасть в воду на глубину.

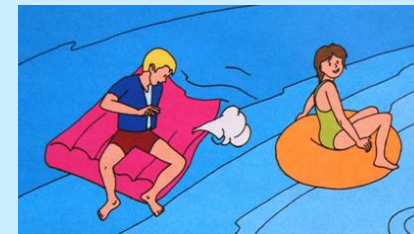


Нельзя звать на помощь в шутку, если ничего не случилось. Первый раз взрослые прибегут, а на второй раз, когда дело будет серьёзно - могут уже не поверить.

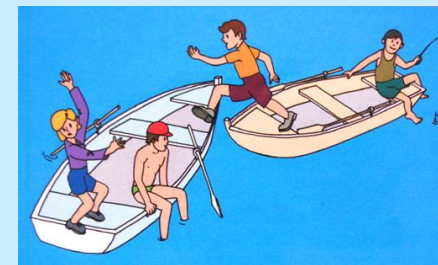


Если не умеете плавать, обязательно наденьте спасательный жилет или плавайте в спасательном круге.

Будьте аккуратны - течение может занести вас на глубину, а спасательное средство - сдуться.



При катание на лодке, не садитесь на один борт и не раскачивайте лодку - она может опрокинуться. Не ныряйте с лодки в воду и не перепрыгивайте с одной лодки на другую.



Перед катанием проверьте, всё ли есть в лодке (черпак, вёсла, спасательный круг). Не перегружайте лодку.

