ПАМЯТКА

«Правила безопасности на воде»

**Нельзя прыгать в воду в местах, где мелко или незнакомое дно.**

**Нельзя прыгать в воду с лодок, причалов, мостов и других, не предназначенных для этого мест.**

**Нельзя после перегрева на солнце или долгого бега резко прыгать в холодную воду, это может вызвать шок и потерю сознания или остановку сердца. Предварительно надо сполоснуться водой.**

**Нельзя купаться в шторм и при сильных волнах.**

**Нельзя купаться в водоемах, берег которых обложен большими камнями или бетонными плитами, они покрываются мхом, становятся скользкими и по ним опасно и трудно выбираться.**

**Надувные матрасы и круги предназначены для плавания только вблизи берега.**

**Нельзя играть в воде в игры, связанные с захватами соперника и удержанием его под водой, твой товарищ может захлебнуться и потерять сознание.**