

Каждый школьник должен знать о мерах безопасности при купании!!!

1. Запрещенные действия:

Купание в необорудованных и незнакомых местах.

Одинокое купание детей без контроля взрослых.

Заплывание за буйки.

Шалости на воде, связанные с нырянием и захватом купающихся.

Подача криков ложной тревоги.

Плавание на досках, бревнах, автомобильных камерах, надувных матрасах без надзора взрослых.

2. Где купаться безопасно:

Купаться следует в специально оборудованных местах, на пляжах и по возможности вблизи спасательных постов.

3. Если человек тонет, необходимо:

Успокоиться и не паниковать.

Громко позвать на помощь («Человек тонет!» или «Спасатели!»).

Перевернуться на спину, широко раскинуть руки и расслабиться, сделать несколько глубоких вдохов.

Набрать в лёгкие воздуха, задержать его и медленно выдохнуть, чтобы удержаться на воде.

Попробовать подплыть к берегу