

УВАЖАЕМЫЕ ВЗРОСЛЫЕ!

Безопасность жизни детей на водоемах во многих случаях зависит только от ВАС!

В связи с наступлением жаркой погоды, в целях недопущения гибели детей на водоёмах в летний период обращаемся к Вам с убедительной просьбой: **провести разъяснительную работу о правилах поведения на природных и искусственных водоемах и о последствиях их нарушения.** Этим Вы предупредите несчастные случаи с Вашими детьми на воде. От этого зависит жизнь Ваших детей сегодня и завтра.

Категорически запрещено купание:

- детей без надзора взрослых;
- в незнакомых местах;
- на надувных матрацах, камерах и других плавательных средствах (без надзора взрослых)

Необходимо соблюдать следующие правила:

- Прежде чем войти в воду, сделайте разминку, выполнив несколько легких упражнений.
- Постепенно входите в воду, убедившись в том, что температура воды комфортна для тела (не ниже установленной нормы).
- Не нырять при недостаточной глубине водоема, при необследованном дне (особенно головой вниз!), при нахождении вблизи других пловцов.
- Продолжительность купания - не более 30 минут, при невысокой температуры воды - не более 5-6 минут.
- При купании в естественном водоеме не заплывать за установленные знаки ограждения, не подплывать близко к моторным лодкам и прочим плавательным средствам.
- Во избежание перегревания отдыхайте на пляже в головном уборе.
- Не допускать ситуаций неоправданного риска, шалости на воде.

Вниманию родителей!

В летние каникулы школьные бассейны будут доступны для всех желающих детей и подростков. Занятия будут проводиться под руководством тренера.

Для занятия в бассейне необходимо предоставить медицинскую справку установленного образца.

БЕЗОПАСНЫЙ ОТДЫХ ВАШИХ ДЕТЕЙ ЛЕТОМ

ВО МНОГОМ ЗАВИСИТ ТОЛЬКО ОТ ВАС!