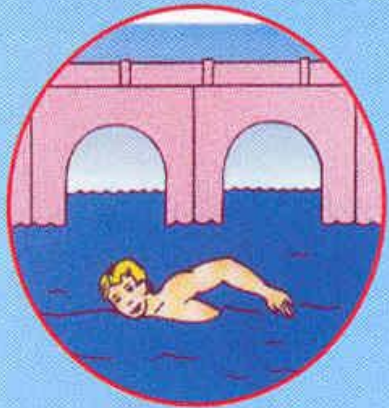
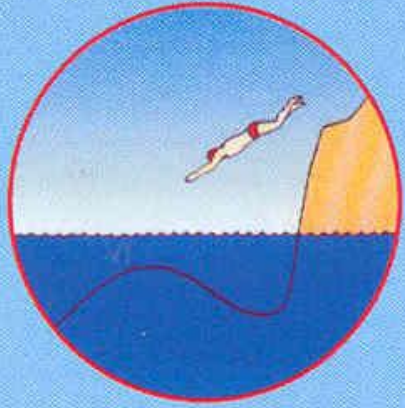




Безопасность при купании



Плывать в незнакомом месте, под мостами и у плотин



Нырять, не зная глубины водоема и рельефа дна



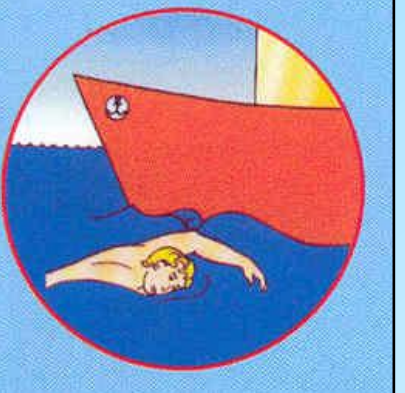
Заплывать за буйки и ограждение



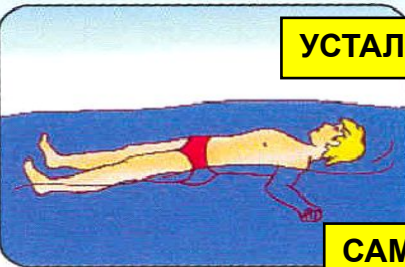

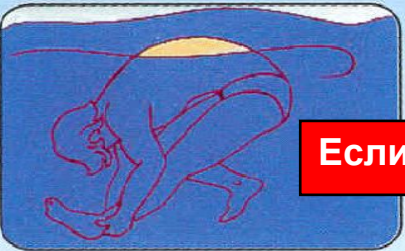
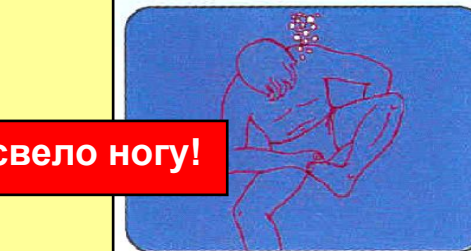
Прыгать в воду с лодок, катеров, причалов



Устраивать игры с захватом частей тела



Приближаться к судам, плотам и другим плавсредствам

| | |
|---|--|
|  <p>УСТАЛ. ОТДОХНИ!</p> <p>Лежа на спине</p> |  <p>САМОПОМОЩЬ</p> <p>"Поплавок"</p> |
|  <p>Если свело ногу!</p> <p>Погрузиться с головой в воду и распрямить ногу</p> |  <p>Сильно потянуть на себя ступню за большой палец</p> |



Правила поведения на воде





Правила поведения на воде



Не стойте и не играйте в тех местах, откуда можно свалиться в воду



Не ныряйте в незнакомых местах! Неизвестно, что там может оказаться на дне!



Не заплывайте далеко от берега на надувных матрацах и автомобильных камерах



Не используйте для плавания самодельные устройства! Они могут не выдержать ваш вес и перевернуться



В воде избегайте вертикального положения. Не ходите по илистому и заросшему водорослями дну



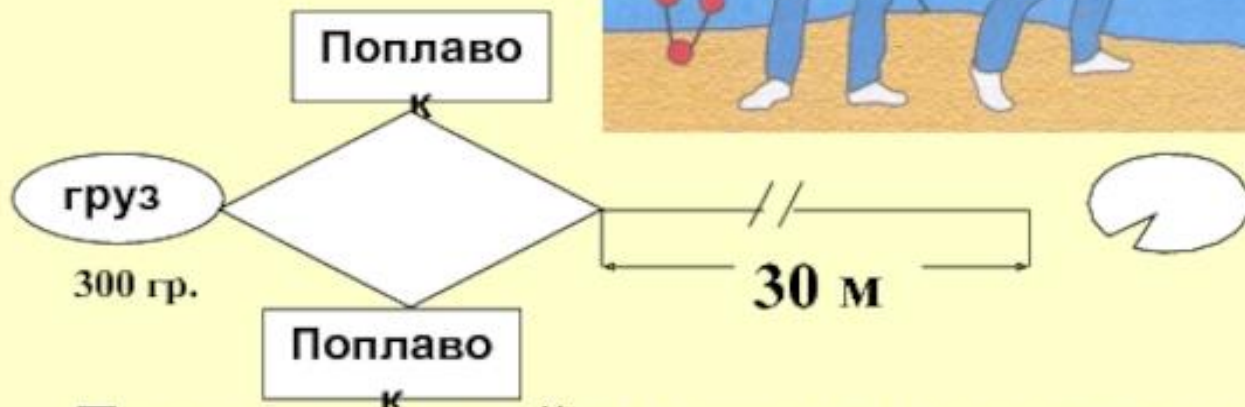
Не боритесь с сильным течением! Плывайте по течению, постепенно приближаясь к берегу



Подача конца Александрова



Шнур (веревка) длиной 30 м с двумя петлями на концах. К большой петле крепятся два поплавка диаметром 10-12 см, окрашенные в красный цвет и груз 300 гр. (х/б мешочек, набитый песком).



Пострадавший должен надеть петлю через голову под руки. Спасатель подтягивает пострадавшего к берегу.