Купание в открытых водоёмах.

Во время купания детей в открытом водоёме необходимо соблюдать правила, которые должны стать обязательными для вас и ваших детей!

ПРАВИЛА ЭТИ ТАКОВЫ:

1. СТРОГО СЛЕДИТЕ ЗА СОСТОЯНИЕМ ДНА. НА ДНЕ НЕ ДОЛЖНО БЫТЬ ПОСТОРОННИХ ПРЕДМЕТОВ И ЯМ. ДНО ДОЛЖНО БЫТЬ РОВНОЕ И ПО ВОЗМОЖНОСТИ ПЕСЧАНОЕ, НЕ ИЛИСТОЕ.

2. ВОДА ДОЛЖНА БЫТЬ ЧИСТАЯ И ПРОЗРАЧНАЯ. ГЛУБИНА - ПРИМЕРНО 80 СМ.

3. ТЕМПЕРАТУРА ВОДЫ ДОЛЖНА БЫТЬ НЕ НИЖЕ 20 ГРАДУСОВ.

4. РОДИТЕЛИ ДОЛЖНЫ ПОСТОЯННО ВИДЕТЬ РЕБЕНКА ВО ВРЕМЯ КУПАНИЯ ИЛИ НАХОДИТЬСЯ РЯДОМ С НИМ В ВОДЕ.

5. НЕ ЗЛОУПОТРЕБЛЯЙТЕ ВОЗМОЖНОСТЯМИ РЕБЕНКА ПРИ ОБУЧЕНИИ ЕГО ПЛАВАНИЮ.

6. ПЛАВАТЬ СЛЕДУЕТ ПРЕИМУЩЕСТВЕННО ВДОЛЬ БЕРЕГА

7. ЖЕЛАТЕЛЬНО ИМЕТЬ КАКИЕ-ЛИБО ОГРАЖДЕНИЯ В ВОДЕ.

8. СТРОГО СЛЕДИТЕ ЗА ДИСЦИПЛИНОЙ, ОСОБЕННО ВО ВРЕМЯ ГРУППОВЫХ ИГР И УПРАЖНЕНИЙ В ВОДЕ.

9. НЕ СЛЕДУЕТ ВЫПОЛНЯТЬ УПРАЖНЕНИЯ ПО ОБУЧЕНИЮ ПЛАВАНИЮ НА ФОНЕ ПЛОХОГО САМОЧУВСТВИЯ И УТОМЛЕНИЯ.

10. НЕЛЬЗЯ ЗАНИМАТЬСЯ ПЛАВАНИЕМ СРАЗУ ПОСЛЕ ЕДЫ.