

СУ АЙДЫНДАРЫНДА ӨЗИҢДИ ҚАЛАЙ ҰСТАУ КЕРЕК?



**Жағажайда тек түске дейін
және кешкі бестен кейін
болуға тырысыңыз**



Суға жайлап түсу



**Жағаға жақын
жерде жүзіңіз**

Мас күйінде суға шомылмаңыз, сүңгімеңіз

Жабдықталмаған, тыйым салынған, бейтаныс жерлерде, ресми жағажайлардан тыс жерлерде суға шомылмаңыз, сүңгімеңіз

Айлақ және кемежай жанында суға шомылмаңыз, сүңгімеңіз

Балалар мен қарттарды суда және жағалауда қараусыз қалдырмаңыз

Тамақтанғаннан кейін бірден суға шомылмаңыз

Көпірлерден, бөгеттерден, айлақтардан, қайықтар мен катерлерден суға секірмеңіз

Катерлерге жармаспаңыздар және бортта отырмаңыз

Үрмелі матрастарда және автокамералар үстінде жүзбеңіз

Қоршау белгілері мен буйкадан әрі жүзбеңіз

Өтіп бара жатқан катерлерге, пароходтарға және қайықтарға жүзіп бармаңыз

Жағадан алыс жерге жүзбеңіз

Жалған дабыл белгілерін бермеңіз



ЕГЕР БАТА БАСТАСАҢЫЗ

- Сабырлық сақтаңыз
- Қол мен аяқтарыңызды кеңінен жайыңыз
- Суды өз астыңызға жинап, жағаға қарай жүзіңіз

ЕГЕР ҚҰРЫСУ ЖАҒДАЙЫ БОЛСА

- Саусақтар - жұдырығыңызды тез күшпен қысыңыз, қолыңызбен өткір қозғалыс жасаңыз және жұдырығыңызды босатыңыз
- Балтыр бұлшықеті - құрысып қалған аяқтың табанын ұстап, күшпен өзіңізге тартыңыз
- Сан - аяғыңыздың тобығын сыртынан ұстап, тізеге бүгіп, арқаға қарай артқа тартыңыз

