**ПАМЯТКА ПО БЕЗОПАСНОМУ ПОВЕДЕНИЮ НА ВОДЕ**

**УВАЖАЕМЫЕ РОДИТЕЛИ!**

Стремительно приближается лето, и ваши дети снова направят свои взоры в сторону водоёма. Чтобы избежать неприятностей и гибели детей на воде, убедительно просим соблюдать несколько важных правил.

**\* Самое первое и самое главное правило: дети никогда не должны ходить на водохранилище без взрослых, даже если они хорошо плавают! \***

**\* Правило, вытекающее из первого: сопровождающие взрослые должны находиться в трезвом виде, чтобы не терять бдительности. От этого зависит ЖИЗНЬ ВАШИХ ДЕТЕЙ сегодня и завтра.**

**ПРОЧИТАЙТЕ САМИ И РАЗЪЯСНИТЕ ДЕТЯМ!**

\*Лучше всего купаться утром или вечером, когда солнце греет, но нет опасности перегревания.

\* Температура воды должна быть не ниже + 17...+ 19 С°, в более холодной находиться опасно.

\* Плавайте в воде не более 20 минут, при этом это время должно увеличиваться постепенно, начиная с 3-4 минут.

\* Не доводите себя до озноба. При переохлаждении могут возникнуть судороги, остановка дыхания, потеря сознания. Лучше купаться несколько раз по 15-20 минут.

\* Купаться -разрешено, если не запрещено. Категорически запрещается купание в затопленных карьерах, каналах, озёрах, пожарных водоёмах, прудах, морских акваториях и других водоёмах, которые не имеют оборудованных сезонных спасательных постов. Поверьте, никто не гарантирует вашу безопасность, если вы отдыхаете на «диком пляже».

\*Играя в воде, нельзя допускать шалости, связанные с нырянием, захватом купающегося, погружением его в воду, толканием на глубокое место. Травматизмчасто возникает из-за беззаботного поведения на воде.

\* Никогда не ныряйте в незнакомых местах, специально не оборудованных. Даже если накануне это место было безопасным для прыжков, то за ночь могли что-то бросить в воду или течением могло принести опасные предметы.

\* Если вы не умеете плавать, не следует чрезмерно доверять себя надувным матрасам, автомобильным камерам и прочим подручным плавсредствам. Во-первых, в самый неподходящий момент они могут лопнуть. Во-вторых, течением и ветром вас может отнести далеко от берега.

**На водных объектах запрещается:**

- купаться в местах, где выставлены информационные знаки «Купание запрещено»;

- заплывать на пляжах за буйки, обозначающие зону заплыва;

- подплывать к маломерным судам и другим плавательным средствам;

- прыгать в воду с сооружений, не приспособленных для этих целей, и природных образований (скал, утёсов, валунов, парапетов, ограждений и других предметов);

- выгуливать и купать в зоне пляжа животных;

- подавать крики ложной тревоги;

- распивать спиртные напитки, купаться в состоянии алкогольного опьянения, под воздействием наркотических и психотропных средств.

**ЕСЛИ ВЫ ОТДЫХАЕТЕ С РЕБЁНКОМ:**

\* Никогда не позволяйте ребёнку купаться одному. Его должен сопровождать взрослый или другой ребёнок, который сможет поднять тревогу, если внезапно произойдёт несчастный случай, который могут не заметить мастер-пловец, спасатель или другие купальщики.

\*Наблюдайте при купании за детьми, особенно, если на пляже много людей. Для того, чтобы вы могли легко следить за своим ребёнком, наденьте на берегу на него яркую панаму, девочке можно завязать волосы яркой резинкой или бантом. Когда ребёнок плавает, надевайте на него яркие и заметные плавки или купальник, легкоотличимые от других нарукавники или круг.

\* Дети любят кататься на самодельных плотах, надувных матрацах икамерах. Это также таит в себе опасность. Самодельный плот может в любой момент перевернуться, а надувные матрацы и камеры может легко унести ветром далеко от берега.

\* Сейчас в продаже имеется достаточно большое количество надувных плавсредств. При покупке следует обращать внимание на то, чтобы плавсредство состояло из нескольких независимых надувных частей: при повреждении одного из них ребёнка будет держать на воде неповрежденная часть. !!! Не позволяйте детям заплывать на большую глубину.