**Памятка по правилам поведения на водных объектах, о запрете купания в необорудованных местах.**

                Лето - замечательная пора для отдыха детей и взрослых

   В теплые дни хочется отдохнуть у водоема, искупаться в реке или озере. Однако, беспечное поведение на водном объекте, неорганизованное и бесконтрольное купание таят в себе серьезную опасность. Одной из основных причин гибели людей на водных объектах является купание в неустановленных местах. При нырянии в незнакомых местах можно удариться головой, потерять сознание и погибнуть.

     Детвора устраивает в воде игры, связанные с захватами других пловцов, плавает на бревнах, досках и самодельных плотах. Бесконтрольно купающиеся дети часто допускают переохлаждение тела, испытывают судороги, которые сводят руку, а чаще ногу или обе ноги, что может привести к гибели.

При купании недопустимо:

1. Плавать в незнакомом месте, под мостами и у плотин.

2. Нырять с высоты, не зная глубины и рельефа дна.

3. Заплывать за буйки и ограждения.

4. Приближаться к судам, плотам и иным плавсредствам.

5. Прыгать в воду с лодок, катеров, причалов.

6. Хватать друг друга за руки и ноги во время игр на воде.

   Не умеющим плавать купаться только в специально оборудованных местах глубиной не более 1-2 метра!

     Помните! Только неукоснительное соблюдение мер безопасного поведения на воде может предупредить беду.

     В связи с наступлением жаркой погоды, в целях недопущения гибели детей на водоемах 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 температуре 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.

**ПОМНИТЕ, ЧТО НА ВОДОЕМАХ ЗАПРЕЩЕНО:- КУПАТЬСЯ В НЕОБСЛЕДОВАННЫХ ВОДОЕМАХ, В МЕСТАХ, ГДЕ ВЫСТАВЛЕНЫ ЩИТЫ (АНШЛАГИ) С НАДПИСЯМИ О ЗАПРЕТЕ КУПАНИЯ**

**УВАЖАЕМЫЕ РОДИТЕЛИ!**

**Безопасность жизни детей на водоемах во многих случаях зависит**

**ТОЛЬКО ОТ ВАС!!!**