**Родителям о безопасности детей на водоёмах**

Чтобы избежать гибели детей на водоемах в летний период убедительно просим ВАС, УВАЖАЕМЫЕ РОДИТЕЛИ:
• Не допускайте самостоятельного посещения водоемов детьми!
• Разъясните детям о правилах поведения на природных и искусственных водоемах и о последствиях их нарушения.
Только бдительное отношение к своим собственным детям со стороны ВАС, РОДИТЕЛЕЙ, поможет избежать беды на водоемах. От этого зависит жизнь ВАШИХ детей сегодня и завтра!
Для обеспечения безопасного отдыха на воде и особенно детей требует от ВАС, РОДИТЕЛЕЙ, организации купания и строгого соблюдения правил поведения детьми на водоемах.

Начинать купание следует при температуре воды не ниже 18 градусов и при ясной безветренной погоде при температуре воздуха 25 и более градусов.
- Не рекомендуется купаться ранее, чем через 1,5 часа после еды.
- Входите в воду осторожно, когда она дойдет до пояса, остановитесь и быстро окунитесь с головой, а потом уже плывите.
- Не следует в ходить в воду уставшим, разгоряченным или вспотевшим.
- Если вы плохо плаваете, не доверяйте надувным матрасам и кругам.
- Паника – частая причина трагедий на воде.

**НИКОГДА НЕ ПОДДАВАЙТЕСЬ ПАНИКЕ! НЕОБХОДИМО  ПОМНИТЬ:**

\*купаться можно только в разрешенных местах;
\* нельзя нырять в незнакомых местах – на дне могут оказаться притопленные бревна, камни, коряги и др.;
\* не отплывайте далеко от берега на надувных плавсредствах - они могут оказаться неисправными, а это очень опасно даже для людей, умеющих хорошо плавать;
\* нельзя цепляться за лодки, залезать на знаки навигационного оборудования: бакены, буйки и т.д.;
\* нельзя подплывать к проходящим судам, заплывать за буйки, ограничивающие зоны заплыва и выплывать на фарватер;
\* нельзя купаться в штормовую погоду или местах сильного прибоя;
\* если вы оказались в воде на сильном течении, не пытайтесь плыть навстречу течению. В этом случае нужно плыть по течению, но так, чтобы постепенно приближаться к берегу;
\* если вы попали в водоворот, наберите побольше воздуха, нырните и постарайтесь резко свернуть в сторону от него;
\* не следует купаться при недомогании, повышенной температуре, острых инфекционных заболеваниях;
\* если у Вас свело судорогой мышцы, ложитесь на спину и плывите к берегу, постарайтесь при этом растереть сведенные мышцы. Не стесняйтесь позвать на помощь;

\* около некоторых водоемов можно увидеть щиты с надписью: **«КУПАТЬСЯ ЗАПРЕЩЕНО!»**. Никогда не нарушай это правило.

 **ПОМНИТЕ!**

**НАРУШЕНИЕ ПРАВИЛ  БЕЗОПАСНОГО  ПОВЕДЕНИЯ  НА ВОДЕ – ГЛАВНАЯ ПРИЧИНА ГИБЕЛИ ЛЮДЕЙ НА ВОДЕ!**