**ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ НА ВОДЕ ДЛЯ ДЕТЕЙ**

1. Дети должны купаться только под присмотром родителей.

2. Купаться можно только на обустроенных пляжах, на которых дежурят спасатели.

3. Ни в коем случае нельзя купаться в местах, возле которых размещены щиты с надписью

«Купаться строго запрещено!».

4. Детям нельзя играть и находиться у водоема, если вблизи нет родителей.

5. Детям нельзя купаться при повышенной температуре и недомогании.

6. Малышам нельзя находиться в воде больше 30 минут, а если вода прохладная – 5-7 минут.

7. Нельзя купаться сразу после обильного приема пищи. Нужно выждать 30-45 минут.

8. Если даже малыш умеет хорошо плавать, ему нельзя купаться в глубоких местах.

9. Нельзя заплывать за буйки, даже в присутствии родителей.

10. Нельзя нырять в незнакомых местах.

**«Как вести себя на водных объектах»**

На водных объектах ЗАПРЕЩАЕТСЯ: - купаться в местах, где выставлены щиты (аншлаги) с предупреждениями и запрещающими знаками и надписями; - заплывать за буйки, обозначающие границы плавания; - подплывать к моторным и парусным судам, весельным лодкам и другим плавательным средствам; - прыгать в воду с катеров, лодок, причалов, а также сооружений, не приспособленных для этих целей; - загрязнять и засорять водоемы и берег; - распивать алкогольные напитки и купаться в состоянии опьянения; - приводить с собой собак и других животных; - играть в спортивные игры в не отведенных для этих целей местах, захватывать купающихся под водой, подавать крики ложной тревоги; - плавать на досках, бревнах, лежаках, автомобильных камерах и других предметах, представляющих опасность для купающихся; - кататься на лодке детям до 16 лет без сопровождения взрослых.

На водных объектах ОПАСНО: - подплывать близко к идущим судам с целью покачаться на волнах. Вблизи идущего теплохода возникает течение,

которое может затянуть под винт; - прыгать (нырять) в воду в неизвестном месте - можно удариться головой о грунт, корягу, сваю и т.п., сломать шейные позвонки, потерять сознание и погибнуть; - нырять с плотов, катеров, лодок, пристаней и других плавучих сооружений. Под водой могут быть бревна - топляки, сваи, рельсы, железобетон и пр. Нырять можно лишь в местах, специально для этого оборудованных; - купаться у крутых, обрывистых и заросших растительностью берегов. Здесь склон дна может оказаться очень засоренным корнями и растительностью. Иногда песчаное дно бывает зыбучим, что опасно для не умеющих плавать.

Меры по обеспечению безопасности детей на воде: - взрослые обязаны следить за тем, чтобы дети не купались в неустановленных местах, не плавали на не приспособленных для этого средствах (предметах) и не допускали других нарушений правил безопасности на воде; - безопасность детей на воде обеспечивается правильным выбором и оборудованием места купания; - для обучения плаванию детей дошкольного и младшего школьного возраста выбирают место с глубиной не более 0,7 метра, а также для детей старшего возраста с глубиной не более 1,2 метра. Несоблюдение правил безопасности на водных объектах в летний период часто становится причиной гибели и травматизма людей.

Чтобы избежать захлебывания в воде, пловец должен: - соблюдать правильный ритм дыхания; - плавая в волнах, нужно внимательно следить за тем, чтобы делать вдох, когда находишься между гребнями волн; - плавая против волн, следует спокойно подниматься на волну и скатываться с нее; - попав в быстрое течение, не следует бороться против него, необходимо, не нарушая дыхания, плыть по течению к берегу; - оказавшись в водовороте, не следует поддаваться страху, терять чувство самообладания. Необходимо набрать больше воздуха в легкие, погрузиться в воду и, сделав сильный рывок в сторону по течению, всплыть на поверхность.

Первая помощь при утоплении: - перенести пострадавшего на безопасное место; - повернуть утонувшего лицом вниз и опустить голову ниже таза; - очистить рот от слизи. При появлении рвотного и кашлевого рефлексов - добиться полного удаления воды из дыхательных путей и желудка; - при отсутствии пульса на сонной артерии сделать наружный массаж сердца и искусственное дыхание; - доставить пострадавшего в медицинское учреждение.

Не нарушайте правила поведения на воде. Не купайтесь в запрещенных местах.

ЭТО ОПАСНО ДЛЯ ЖИЗНИ!

**Телефоны служб спасения:**

телефон службы спасения - 01, по телефону сотовой связи - 101.