

Правила поведения на воде.

Солнце, воздух и вода - наши лучшие друзья!

Об этом знают все от мала до велика. Но у этого выражения есть и обратная сторона медали.

К сожалению, не все умеют вести себя правильно на воде или рядом с водоёмами.

Каждый год в летний период на реках и озерах случаются трагические происшествия, в том числе и с гибелью людей.

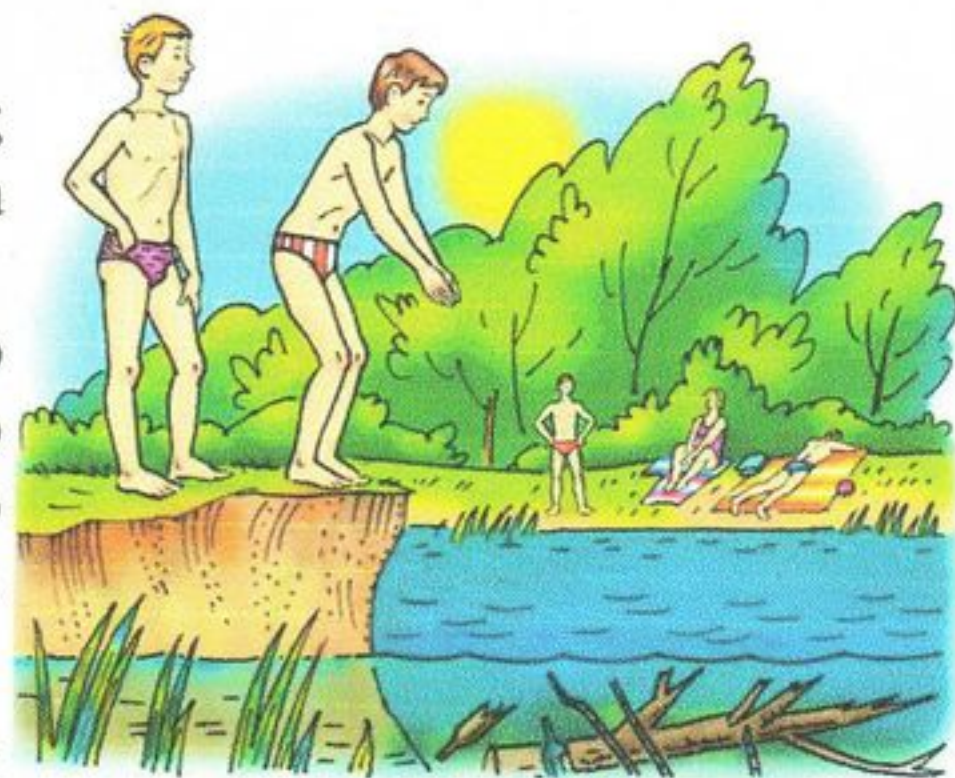
Основными их причинами являются: неумение плавать, шалости на воде, употребление горячительных напитков, оставление малолетних детей без присмотра.

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

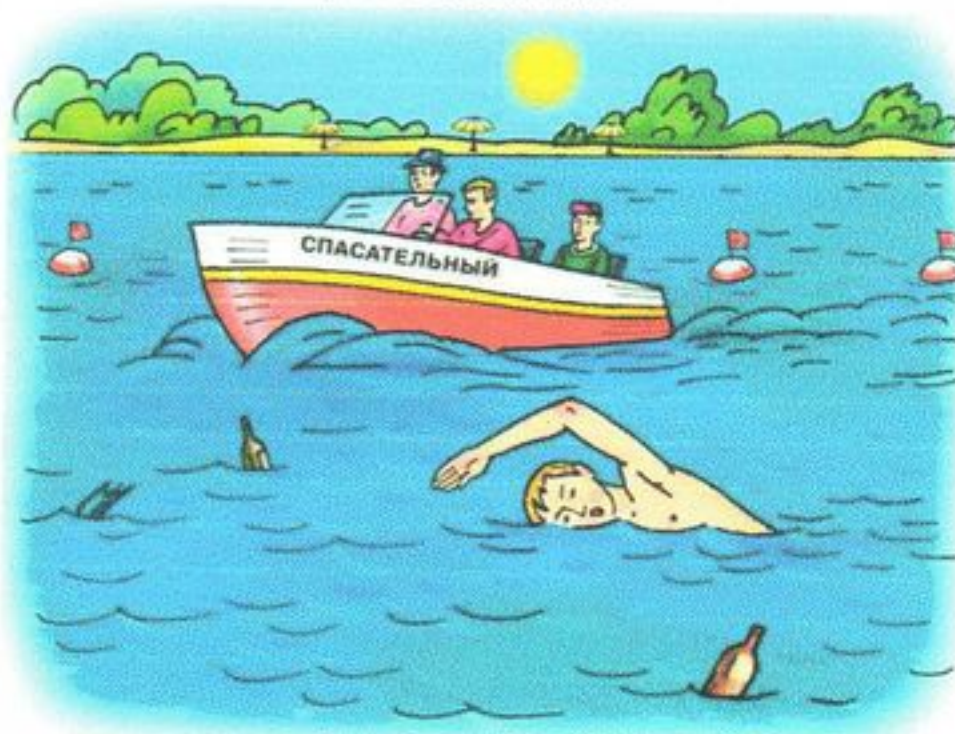
Взрослые должны ознакомить детей с правилами безопасности на водных объектах, прежде чем дети отправятся в лагеря или туристические походы.

Умение хорошо плавать - одна из важнейших гарантий безопасного отдыха на воде, но следует помнить, что даже хороший пловец должен соблюдать осторожность, дисциплину и строго соблюдать **правила поведения на воде**:

- Нельзя входить в воду уставшим;
- Не рекомендуется входить в воду разгоряченным; входите в воду осторожно, медленно, когда вода дойдет вам до пояса, остановитесь и быстро окунитесь;
- Старайтесь купаться только в специально отведенных и оборудованных для этого местах; опасно прыгать (нырять) в воду в неизвестном месте - можно удариться головой о грунт, корягу, сваю и т.п., сломать шейные позвонки, потерять сознание и погибнуть;
- Не отплывайте далеко от берега, не заплывайте за буйки; никогда не плавайте в одиночестве, особенно, если вы не уверены в своих силах;
- Не устраивайте в воде игр, связанных с захватами;
- Не подавайте ложных сигналов бедствия;
- Взрослым необходимо следить за играми детей даже на мелководье, потому что они могут во время игр упасть и захлебнуться; учиться плавать дети должны только под контролем взрослых;
- При преодолении водоёмов на лодках несовершеннолетние должны быть в спасжилетах;
- Уставший пловец должен помнить, что лучшим способом для отдыха на воде является положение «лежа на спине»;
- 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 побольше воздуха в легкие, погрузиться в воду и, сделав сильный рывок в сторону по течению, всплыть на поверхность.



Не ныряйте в местах с неизвестным рельефом дна!



Не заплывайте за ограничительные знаки мест, отведённых для купания! Не подплывайте к большим судам, весельным лодкам, баржам.