Безопасность на воде

**Вода – опасная для людей стихия. Даже спокойная водная гладь, несмотря на кажущуюся безопасность, таит в себе угрозы. Причём неприятности обычно случаются не с теми детьми, которыене умеют плавать, поскольку они обычно не заходят в воду глубже, чем по пояс, а с теми, которые мнят себя отличными пловцами. Ребёнок дошкольного и младшего школьного возраста всегда должен купаться под присмотром взрослых. Более взрослые дети подросткового возраста, если и идут сами к водоёму, то должны плавать только в специально отведённых для этого местах с безопасным проверенным дном, при отсутствии глубоких ям, сильного течения, водоворотов или больших волн. Многие несчастные случаи происходят именно из-за купания в запрещённых местах.**

**Правила безопасности на воде**

Что нужно знать родителям про безопасность детей на воде:

 Купаться надо часа через полтора после еды;

 Если температура воды менее +16 °С, то купаться вообще не рекомендуется, так как от холода могут начаться судороги или может произойти потеря сознания;

 При температуре воды от +17 до +19 °С и температуре воздуха около 25 °С, в воде не следует находиться более 10-15 минут;

 Плавать надо только в специально оборудованных для этого безопасных местах. Если вы решили поплавать, находясь в местах дикой природы, то выбирайте место с чистой водой, глубиной до 2-х метров, с ровным гравийным или песчаным дном и где течение воды слабое, то есть не превышает 0,5 м/с (для проверки бросьте в воду щепку или палочку). Всегда хорошо проверяйте дно и следите за купающимися детьми. Дети должны купаться у самого берега. Никогда не купайтесь в заболоченных местах;

 Если вы находитесь в нетрезвом состоянии, то не пускайте детей в воду, они, оставшись без присмотра, могут попасть в беду.

**Основные правила безопасности детей на воде**

 Запрещено заплывать за буйки, а если их нет, то слишком далеко от берега;

 Нельзя близко подплывать к судам;

 Нельзя прыгать в воду в местах, где мелко или дно незнакомое;

 Нельзя прыгать в воду с лодок, причалов, мостов и других, не предназначенных для этого мест;

 Нельзя после перегрева на солнце или долгого бега резко прыгать в холодную воду, это может вызвать шок и потерю сознания или остановку сердца. Предварительно надо сполоснуть тело водой;

 Нельзя купаться в шторм и при сильных волнах;

 Нельзя купаться в водоёмах, берег которых обложен большими камнями или бетонными плитами, они покрываются мхом становятся скользкими и по ним опасно и трудно выбираться;

 Надувные матрасы и круги предназначены для плавания только вблизи берега;

 Нельзя играть в воде в игры, связанные с захватами соперника и удержанием его под водой, твой товарищ может захлебнуться и потерять сознание.

**НЕ ПОДВЕРГАЙТЕ СВОЮ ЖИЗНЬ И ЖИЗНЬ СВОИХ ДЕТЕЙ ОПАСНОСТИ!**

**СОБЛЮДАЙТЕ ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОСТИ НА ВОДОЁМАХ!**