

## Правила поведения на воде



В связи с участившимися случаями гибели людей на водоёмах напоминаем простые правила поведения на воде для детей и взрослых.

### 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.;
- 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;
- нельзя подавать крики ложной тревоги.

### **ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ ДЕТЕЙ НА ВОДЕ!**

- когда купаешься, поблизости от тебя должны быть взрослые. Без их сопровождения находиться вблизи водоема и, тем более, купаться категорически запрещено!
- не играй в тех местах, где можно упасть в воду;
- не заходи на глубокое место, если не умеешь плавать или плаваешь плохо и неуверенно;
- не ныряй в незнакомых местах;
- не ныряй с мостов, обрывов и других возвышений;
- не заплывай за буйки;
- не устраивай в воде игр, связанных с захватами;
- не плавай на надувных матрацах или камерах, если плохо плаваешь;
- не пытайся плавать на бревнах, досках, самодельных плотках;
- около некоторых водоемов можно увидеть щиты с надписью: «**КУПАТЬСЯ ЗАПРЕЩЕНО!**»

Никогда не нарушай это правило.

- в экстремальной ситуации зови на помощь взрослых или звони с мобильного телефона по номеру «**112**»

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