

**Памятка для родителей
по безопасности детей на воде в летний период
УВАЖАЕМЫЕ РОДИТЕЛИ!**

Лето - это прекрасная пора отдыха, отпусков и каникул, которые мы стараемся провести на берегу водоема: речки, озера или моря. Но не стоит забывать и безопасности ВАШИХ детей!

Самое главное правило для всех случаев - не оставлять детей без присмотра.

Каждый человек должен знать элементарные правила безопасности на воде. Проводите беседы со своими детьми!

Этим Вы предупредите несчастные случаи с Вашими детьми на воде, от этого зависит жизнь Ваших детей сегодня и завтра.

Категорически запрещено купание:

детей без надзора взрослых;

в незнакомых местах;

на надувных матрацах, камерах и других плавательных средствах (без надзора взрослых);

Необходимо соблюдать следующие правила:

Прежде чем войти в воду, сделайте разминку, выполнив несколько легких упражнений.

Постепенно входите в воду, убедившись в том, что температура воды комфортна для тела (не ниже установленной нормы).

Не нырять при недостаточной глубине водоема, при необследованном дне (особенно головой вниз!), при нахождении вблизи других пловцов.

Продолжительность купания - не более 30 минут, при невысокой температуре воды - не более 5-6 минут.

При купании в естественном водоеме не заплывать за установленные знаки ограждения, не подплывать близко к моторным лодкам и прочим плавательным средствам.

Во избежание перегрева отдыхайте на пляже в головном уборе.

Не умеющим плавать купаться только в специально оборудованных местах глубиной не более 1–2 метра! Также важно помнить об использовании спасательных жилетов, особенно для тех, кто не умеет плавать. Даже в мелкой воде можно легко потерять равновесие.

Соблюдая эти простые рекомендации, вы сможете обеспечить себе и своим близким безопасность и избежать неприятных ситуаций. Проводите время у воды с радостью и заботой!

Уважаемые родители! Безопасность жизни детей на водоёмах во многих случаях зависит ТОЛЬКО ОТ ВАС.