

**Уважаемые родители!**

**Безопасность жизни детей на водоёмах во многих случаях зависит ТОЛЬКО ОТ ВАС!**В связи с наступлением жаркой погоды, в целях недопущения гибели детей на водоёмах в летний период обращаемся к Вам с убедительной просьбой: провести разъяснительную работу о правилах поведения на природных и искусственных водоёмах и о последствиях их нарушения. Этим Вы предупредите несчастные случаи с Вашими детьми на воде, от этого зависит жизнь Ваших детей сегодня и завтра.



**Категорически запрещается**  
**купание на водных объектах, оборудованных предупреждающими аншлагами**





***МБОУ « Кромская СОШ»***

**Памятка**

**« Профилактика гибели детей на водоёмах»**

Подготовила преподаватель –организатор ОБЖ

Лялина Наталья Вячеславовна

***Основные правила безопасного***

***поведения на воде***

* Следует избегать купания в незнакомых местах, специально не оборудованных для этой цели.

**При купании запрещается:**

* заплывать за границы зоны купания;
* приводить с собой собак и др. животных.
* подплывать к движущимся судам, лодкам, катерам, катамаранам, гидроциклам;
* долго находиться в холодной воде;
* нырять и долго находиться под водой;
* прыгать в воду в незнакомых местах, с причалов и др. сооружений, не приспособленных для этих целей;
* плавать на досках, лежаках, бревнах, надувных матрасах и камерах (за пределы нормы заплыва);
* проводить в воде игры, связанные с нырянием и захватом друг друга;
* подавать крики ложной тревоги;

**Если не имеешь навыка в плавании, не следует заплывать за границы зоны купания, это**

**опасно для жизни.**

**Не умеющим плавать купаться только в специально оборудованных местах глубиной не более 1–2 метра!**



**Помните!**

**Только неукоснительное соблюдение мер безопасного поведения на воде может предупредить беду.**

**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 водоёма, 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 водоёме не заплывать за установленные знаки ограждения, не подплывать близко к моторным лодкам и прочим плавательным средствам.
* Во избежание перегревания отдыхайте на пляже в головном уборе.
* Не допускать ситуаций неоправданного риска, шалости на воде.