**Памятка для детей о поведении на воде в летний период**

Водоемы являются опасными в любое время года. Летом они опасны при купании и пользовании плавсредствами. Опасность чаще всего представляют сильное течение (в том числе подводное), глубокие омуты и подводные холодные ключи.

**Правила безопасного поведения на воде!**

**Запрещается:**

**купаться в незнакомых местах, специально не оборудованных для этой цели;**

* **заплывать за границы зоны купания;**

** подплывать к движущимся судам, лодкам, катерам, катамаранам, гидроциклам;**

** прыгать в воду в незнакомых местах, с причалов и др. сооружений, не приспособленных для этих целей;**

** долго находиться в холодной воде;**

** купаться на голодный желудок;**

** проводить в воде игры, связанные с нырянием и захватом друг друга;**

** плавать на досках, лежаках, бревнах, надувных матрасах и камерах (за пределы нормы заплыва);**

** подавать крики ложной тревоги;**

** приводить с собой собак и др. животных.**

**Важно знать:**

* **если во время купания свело ногу, надо позвать на помощь, затем погрузиться с головой в воду, сильно потянуть ногу на себя за большой палец, а затем распрямить ее;**
* **при ощущении стягивания пальцев руки надо быстро с силой сжать кисть руки в кулак, сделать резкое отбрасывающее движение рукой в наружную сторону и разжать кулак;**
*  **попав в водоворот, не теряйтесь, наберите побольше воздуха в легкие, погрузитесь в воду и сделайте сильный рывок в сторону по течению;**
* **если вы попали в сильное течение, не стоит бороться с ним – плывите по направлению движения воды, приближаясь к берегу.**

**Е**сли вы попали в

**Единственный залог безопасности на воде – ос­торожность!**

**Не забывайте, водная стихия сурова к тем, кто пренебрегает ее зако­нами, не соблюдает мер безопасности!**