**Безопасность при купании в водоемах**

Повышенную опасность представляют различные реки, озера, пруды, карьеры, строительные котлованы и траншеи, заполненные водой. Чаще всего несчастные случаи на воде бывают связаны с купанием в случайных, не приспособленных для этого местах, катаниях на лодках и других плавсредствах.

Опасно купаться в непроверенных местах и прыгать с обрывистых берегов и импровизированных вышек. В специально не оборудованных для купания местах можно напороться на торчащие пруты металлической арматуры и т.д. Рекомендуется купаться при температуре воды не ниже 18 градусов и при ясной безветренной погоде.

Нужно всегда правильно оценивать свои физические силы, даже если имеются хорошие навыки по плаванию.

Всем отдыхающим на воде нужно знать важные «НЕЛЬЗЯ» в поведении:

- прыгать в воду, не проверив дно;

- заплывать за буйки или пытаться переплывать водоемы;

- выплывать на судоходный фарватер;

- купаться в нетрезвом виде, а также сразу после приема пищи;

- устраивать в воде опасные игры;

- долго купаться в холодной воде;

- далеко отплывать от берега на надувных матрасах и кругах, если отсутствуют навыки плавания;

- находясь на лодках, нельзя пересаживаться, садиться на борта, перегружать лодку сверх установленной нормы;

- купаться в штормовую погоду или местах сильного прибоя;

 - купаться при недомогании, повышенной температуре, острых инфекционных заболеваниях, уставшим или разгоряченным.

Если на пляже установлена специальная табличка «купаться запрещено», игнорировать ее категорически нельзя.

Ни при каких условиях родители не должны оставлять без присмотра вблизи открытой воды малолетних детей! Даже на мелководье необходимо быть

под присмотром взрослых.

Нельзя играть в игры с захватом других. Нельзя плавать на бревнах, досках, самодельных плотах. Нырять можно только в местах, которые специально для этого предназначены и оборудованы соответствующим образом. Категорически запрещается прыгать в воду с обрывов, мостов и любых других возвышений.

Находясь вблизи оврага или канала, нельзя слишком близко подходить к ним, поскольку на берегу может быть очень скользко.

Если на воде неожиданно началось сильное течение, не рекомендуется плыть против него. В подобной ситуации следует направляться по течению, стараясь максимально приблизиться к берегу. В противном случае можно быстро растратить свои силы и не будет возможности выбраться из воды.

Нельзя слишком громко кричать и привлекать внимание окружающих, подавая сигналы ложной тревоги, иначе при возникновении реальной опасности другие люди не придадут должного значения крикам.

В экстремальной ситуации нужно звать на помощь, при возникновении реальной опасности надо звонить с мобильного телефона по номеру «112».

Соблюдая эти правила, Вы убережете себя и своих близких от негативных последствий во время отдыха.