**Меры безопасности на водоемах в период купального сезона**

**Нарушение правил  купания и плавания ведет к несчастным случаям, к гибели на воде.**

1.                  Первое купание нужно начинать в безветренную солнечную погоду при температуре воды 18°-20°. В воде не следует оставаться более 1-5 минут. Длительность времени последующих купаний можно доводить до 15 минут.

2.                  Купаться рекомендуется два раза в сутки – утром и вечером, в заведомо безопасных или специально отведенных для этого местах.

3.                  Вода в выбранном для купания месте должна быть прозрачной, дно чистым, без коряг, подводных камней, свай, водоворотов, ям, заструг и т.п.

4.                  Следует избегать купания в одиночку, так как в случае беды оказать помощь будет некому.

5.                  После приема солнечной ванны нельзя бросаться в воду сразу; купание можно начинать только после некоторого отдыха в тени или сделать обтирание холодной водой в области сердца.

6.                  Никогда не следует толкать кого-либо в воду, в особенности неожиданно, так как эта шалость может вызвать у людей, очень чувствительных к холодной воде, шок со смертельным исходом.

7.                  Никогда не следует подплывать к водоворотам — это самая большая опасность на воде.

8.                  Нырять можно лишь в местах, специально для этого отведенных и оборудованных. Прыгать головой в воду с плавучих сооружений опасно, так как под водой могут быть опасные для жизни предметы.

**Правила поведения на воде в летний период**







