**ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОСТИ НА ВОДНЫХ ОБЪЕКТАХ**

Что за летний отдых без купания? Тоска, да и только. Особенно когда солнышко припекает, прохладная вода пруда или речки, озера или моря так и манит, так и приглашает окунуться.

Окунуться и поплавать – это хорошо, даже полезно. Но мелочи, о которых и дети, и взрослые частенько забывают, могут испортить всё удовольствие.

МЕРЫ БЕЗОПАСНОСТИ ПРИ КУПАНИИ

· Купаться лучше утром или вечером, когда солнце греет, но нет опасности перегрева.

· Температура воды должна быть не ниже 17-19°; находиться в воде рекомендуется не более 20 минут; причём, время пребывания в воде должно увеличиваться постепенно на 3-5 минут.

· Лучше купаться несколько раз по 15-20 минут, при переохлаждении могут возникнуть судороги, произойдёт остановка дыхания и потеря сознания.

· Не следует выходить или прыгать в воду после длительного пребывания на солнце, так как при охлаждении в воде наступает сокращение мышц, что влечёт остановку сердца.

· Нельзя входить в воду в состоянии алкогольного опьянения, так как спиртное блокирует сосудосужающий и сосудорасширяющий центр головного мозга.

· Не разрешается нырять с мостов, причалов, пристаней, подплывать к близко проходящим лодкам, катерам и судам.

МЕРЫ БЕЗОПАСНОСТИ ДЕТЕЙ НА ВОДЕ

Взрослые обязаны не допускать:

- одиночное купание детей без присмотра;

- купание в неустановленных местах;

- катание на неприспособленных для этого средствах, предметах.

Все дети должны помнить правила:

- купаться только в специально отведенных местах;

- не подплывать к близко идущим судам, лодкам и не допускать шалостей на воде;

- не подавать ложных сигналов тревоги, не плавать на надувных матрацах, камерах, досках;

- не нырять в воду в незнакомых местах, с лодок, крутых берегов, причалов;

- не купаться в воде при температуре ниже +18°С;

- не бросать в воду банки, стекло и другие предметы, опасные для купающихся;

- купаться только в присутствии старших.

МЕРЫ БЕЗОПАСНОСТИ ПРИ ЭКСПЛУАТАЦИИ   
ГРЕБНЫХ И МОТОРНЫХ ЛОДОК

- При посадке в лодку нельзя вставать на борт или сиденья.

- Не перегружайте лодку или катер.

- На ходу не выставляйте руки за борт.

- Не ныряйте с катера или лодки.

- Не садитесь на борт, не пересаживайтесь с места на место, не пересаживайтесь в воде в другие плав. средства.

- Не берите с собой детей до 7 лет и не разрешайте пользоваться плав. средствами детям до 16 лет.

- Не разрешается кататься в тумане, вблизи шлюзов, плотин, а также останавливаться вблизи мостов или под ними.

- Нельзя ставить борт лодок параллельно идущей волне, так как она может опрокинуть судно.

- Поднимать пострадавшего из воды желательно с носа или кормы, иначе можно перевернуться.

- Не кататься в местах скопления людей на воде – в районах пляжей, переправ, водноспортивных соревнований.

Пожарная часть №112