***Памятка для родителей***

***по безопасности детей на воде в летний период***

***УВАЖАЕМЫЕ РОДИТЕЛИ!***

**Лето - это прекрасная пора отдыха, отпусков и каникул, которые мы стараемся провести на берегу водоема: речки, озера или моря. Но не стоит забывать и безопасности ВАШИХ детей!**

**Самое главное правило для всех случаев –**

**не оставлять детей без присмотра.**

**Каждый человек должен знать элементарные правила безопасности на воде. Проводите беседы со своими детьми!**

**Этим Вы предупредите несчастные случаи с Вашими детьми на воде, от этого зависит жизнь Ваших детей сегодня и завтра.**

**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 водоема, 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 водоеме 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 умеющим плавать купаться только в специально оборудованных местах глубиной не более 1–2 метра! Также важно помнить об использовании спасательных жилетов, особенно для тех, кто не умеет плавать. Даже в мелкой воде можно легко потерять равновесие.**

**Соблюдая эти простые рекомендации, вы сможете обеспечить себе и своим близким безопасность и избежать неприятных ситуаций. Проводите время у воды с радостью и заботой!**

**Уважаемые родители!**

**Безопасность жизни детей на водоёмах во многих случаях зависит ТОЛЬКО ОТ ВАС.**

****