**Правила поведения на водоемах**

Открытый водоем - это всегда некоторая опасность и риск. Вода может выглядеть приветливо, но даже тот, кто хорошо умеет плавать, может попасть в беду.

Клецкие спасатели хотят освежить в памяти взрослых правила поведения на водоемах, которые необходимо соблюдать:

* Убедитесь, что вблизи от вашего место отдыха есть спасательные станции, посты ОСВОД либо дополнительные места, на которых организованы дежурства спасателей.
* Прежде чем войти в воду, сделайте разминку, выполнив несколько легких упражнений;
* Постепенно входите в воду, убедившись в том, что температура воды комфортна для тела;
* 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 допускать ситуаций неоправданного риска, шалости на воде.

До наступления летнего сезона родителям необходимо провести разъяснительную работу со своими детьми. Сделать это проще простого, а поможет вам в этом одна из серий «Волшебной книги МЧС».

Ваш ребенок должен понимать, что купание без надзора взрослых категорически запрещено, даже на надувных матрацах, камерах и других плавательных средствах, а также в незнакомых местах.

**Что необходимо знать взрослому человеку:**

* *Купание в нетрезвом состоянии.*

К основным причинам неудачного, а порой печального отдыха можно отнести беспечность граждан, нарушение правил поведения на воде. В большинстве случаев ЧП происходят во время распития спиртных напитков, при заплыве в нетрезвом состоянии, купании в запрещенных местах, где нет спасательных станций. Употребление алкоголя и отдых у воды часто становятся причиной гибели людей.

|  |
| --- |
| **Важно!** Нетрезвый человек не в состоянии адекватно оценивать ситуацию и может совершать поступки, которые никогда бы не совершил в трезвом виде!  **Запрещается:**  **-** купаться в водоемах в состоянии алкогольного опьянения. Алкоголь дополнительно расширяет сосуды, и после погружения в холодную воду наступает резкий спазм. В условиях открытого водоема это может стоить жизни. |

* *Рыбалка –прекрасный вид активного отдыха.*

Далеко не все задумываются о том, что на рыбалке человека с удочкой подстерегают разного рода опасности. А между тем любой водоём, даже давно знакомый, является местом определенного риска.

|  |
| --- |
| **Правила безопасной рыбалки:**  - перед уходом на рыбалку обязательно сообщите о месте промысла родным и близким, а также уточните время возвращения;  - не стоит употреблять алкоголь, он замедляет реакцию, расслабляет внимание, притупляет чувство реальной опасности;  - возьмите с собой аптечку, фонарик, карту местности, средства оповещения о своем местонахождении;  - перед началом рыбалки необходимо осмотреть место ловли - на обрывистых и подмытых берегах рек будьте особенно осторожными;  - во избежание несчастных случаев лучше рыбачить, не отходя далеко от берега;  - при ловле с лодки рыбакам не стоит забывать о наличии на борту средств спасения и сигнализации. |

Только при неукоснительном соблюдении мер безопасного поведения на воде может предупредить беду.