**Безопасность на воде летом.**

Лето прекрасная пора отдыха. Лето мы любим, потому что оно дарит нам радость тесного общения с водой. Отдых на воде – один из лучших видов отдыха людей. Много удовольствия приносит детям и взрослым купание, плавание, рыбалка, прогулки на катерах и лодках. К сожалению, ни одно лето не обходится без трагедий на воде. Как ни прискорбно, в большинстве своем это жертвы собственной неосторожности. Пренебрежительное отношение к выполнению правил поведения и мер безопасности на воде нередко приводит к несчастным случаям, гибели людей.

Анализ причины гибели людей показывает, что большинство из них лишается жизни из-за невыполнения элементарных правил поведения на водоемах.

**Причины гибели людей:**

- неумение плавать;

- купание в необорудованных водоемах, при волнении на водоемах и быстром течении;

- купание в состоянии алкогольного или наркотического опьянения;

- нарушение правил пользования плавающими средствами;

- нарушение навигационных правил.

**Правила безопасного поведения на воде:**

- не позволяйте детям заплывать на большую глубину;

- не устраивайте в воде опасные игры, не позволяйте долго купаться в холодной воде;

- никогда не позволяйте плавать ребенку одному: его должен обязательно сопровождать взрослый;

- дети любят кататься на надувных матрацах и камерах, самодельных плотах, это также таит опасность, самодельный плот может в любой момент перевернуться, а надувные матрацы может далеко отнести от берега. Столь любимые детьми надувные круги, мячи и лодки отнюдь не обеспечивают безопасность на воде, это просто игрушки, и они часто сдуваются;

купаться и загорать лучше на оборудованном пляже;

-если вы не умеете плавать, не следует заходить в воду выше пояса;

-находиться в воде не более 15-20 минут, при переохлаждении могут возникнуть судороги;

-после купания необходимо насухо вытереть лицо и тело;

-нельзя нырять с мостов, пристаней, даже в тех местах, где ныряли прошлым летом, так как

за год мог понизиться уровень воды или было что-то брошено в воду;

-прыгать с берега в незнакомых местах категорически запрещается;

-нельзя заплывать за буйки, так как они ограничивают акваторию с проверенным дном -

там нет водоворотов;

-если вы оказались в водовороте, не теряйтесь, наберите побольше воздуха в легкие и

погрузитесь на глубину, сделав сильный рывок в сторону, всплывите на поверхность воды;

-нельзя заплывать далеко, так как можно не рассчитать своих сил, чтобы вернуться к

берегу, что может привести к утоплению;

-если вы почувствовали усталость, не стремитесь как можно быстрее доплыть до берега,

«отдохните» на воде лежа на спине;

-опасно подныривать друг под друга, хватать за ноги, пугать, сталкивать в воду и заводить

на глубину не умеющих плавать;

-если вас захватило сильное течение, не стоит пытаться бороться с ним, надо плыть вниз по

течению под углом, приближаясь к берегу;

- при посадке – не прыгать в лодку, посадка проходит с кормы.

- при катании на лодке нельзя в ней баловаться, раскачивать её, меняться местами, перегибаться через борт.

**Вода не любит ошибок, она не прощает беспечность. Берегите себя!**

Отдел ГО, ЧС и ПБ администрации Печенгского района.