***Родители помните, что ребенок идет на водоем, только в сопровождении взрослых!***

***Рекомендации для родителей (чему необходимо научить детей):***

- Купаться можно в разрешенных местах, в купальнях или на оборудованных пляжах.

- Для купания выбирайте песчаный берег, тихие неглубокие места с чистым дном.

- Не купайтесь в запрещенных и необорудованных для купания местах (у плотин, на водосбросе, в карьерах, котлованах, бассейнах для промышленных нужд).

- Помните, что при купании категорически запрещается:

заплывать далеко от берега, выплывать за пределы ограждения мест купания;

подплывать близко к проходящим катерам, весельным лодкам, гидроциклам;

взбираться на технические предупредительные знаки;

прыгать в воду с лодок, катеров и других плавательных средств;

купаться в вечернее время после захода солнца;

прыгать в воду в незнакомых местах;

купаться у крутых, обрывистых берегов.

- Помните, что после еды разрешается купаться не раньше чем через полтора - два часа.

- Во время купания не делайте лишних движений, не переутомляйте себя.

- Остерегайтесь водоворотов, никогда не подплывайте к ним близко.

- Помните, что причиной гибели на воде часто бывает сковывающая его движения судорога.

- Причины этому следующие:

переохлаждение в воде;

переутомление мышц;

купание незакалённого в воде с низкой температурой;

- Во всех случаях рекомендуется по возможности выйти из воды.