**МЧС НАПОМИНАЕТ О ПРАВИЛАХ ПОВЕДЕНИЯ НА ВОДЕ**

**Лето** - замечательная пора для отдыха детей, а вода – удивительное средство оздоровления детского организма. Но купание полезно лишь при разумном и безопасном ее использовании.

Необходимо строго соблюдать правила поведения на воде для детей летом, знать правила оказания первой помощи на воде себе и окружающим в случае необходимости.

**Безопасный отдых на воде** – это не только умение хорошо плавать, но и соблюдение правил безопасного поведения на воде в летний период, контроль своих сил, соблюдение осторожности и дисциплины.

**Стоит отметить, что на сегодняшний день, с начала лета в регионе зафиксировано 25 происшествий на водных объектах. где погибло 23 человека, среди них четверо – это дети!**

**Памятка купающимся**

Чтобы избежать беды, необходимо строго соблюдать ряд простых правил поведения на воде:  
- купаться можно только в разрешенных местах, а детям только в присутствии взрослых;  
- нельзя нырять в незнакомых местах – на дне могут оказаться притопленные бревна, камни, коряги, металлические прутья и т.д.;  
- не следует купаться в заболоченных местах и там, где есть водоросли или тина;  
- нельзя заплывать далеко от берега, это опасно даже для умеющих хорошо плавать;  
- нельзя цепляться за лодки, залезать на знаки навигационного оборудования: бакены, буйки и т.д.;  
- нельзя подплывать к проходящим судам, заплывать за буйки и выплывать на фарватер;  
- нельзя купаться в штормовую погоду или в местах сильного прибоя;  
- если Вы оказались в воде на сильном течении, не пытайтесь плыть навстречу течению. Нужно плыть по течению, но так, чтобы постепенно приближаться к берегу;  
- если попали в водоворот, не пугайтесь, наберите побольше воздуха, нырните и постарайтесь резко свернуть в сторону от него;  
- если свело судорогой мышцы, ложитесь на спину и плывите к берегу, постарайтесь при этом растереть сведенные мышцы.

**ЧТО ДЕЛАТЬ ЕСЛИ НА ВАШИХ ГЛАЗАХ ТОНЕТ ЧЕЛОВЕК?**  
1. Помните: подплывать к утопающему опасно – человек в панике может потянуть вас вслед за собой.  
2. Не позволяйте хвататься за вас, транспортировать пострадавшего надо так, чтобы его дыхательные пути находились над поверхностью воды.  
3. Если доставленный на берег находится в бессознательном состоянии, необходимо освободить его дыхательные пути от воды. Для этого переклоните его через колено, положив на живот головой вниз. Затем тряхните несколько раз. Ребенка или подростка можно взять за ноги и потрусить головой вниз. Если состояние не улучшилось, необходимо провести искусственную вентиляцию легких и непрямой массаж сердца.  
4. Особенно внимательно следите за детьми, ведь известны случаи, когда малыши захлебывались водой даже на мели. Находясь на пляже, не забывайте о безопасности! Даже если пляж оборудован спасательным постом, не стоит испытывать судьбу!