**Обучение детей поведению на воде в летний период.**

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

Рекомендации для родители (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.