**ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ НА ВОДНЫХ ОБЪЕКТАХ.**

Отдых у воды подарит радость общения с природой и хорошее самочувствие для здоровья только тому , кто будет постоянно помнить , что вода - враждебная для человека среда. Полную безопасность пребывания в ней не обеспечивают даже приобретение специальных навыков и длительная тренировка (тонут и хорошие пловцы).

Для неподготовленного же человека вода таит постоянную опасность, если он не выполняет определенные правила купания в открытых водоемах.

**Основные из них следующие :**

* не купаться в незнакомых не оборудованных для купания местах ;
* не заплывать за границы пляжа ;
* не купаться менее чем через полтора-два часа после приема пищи;
* не купаться в состоянии опьянения;
* не перегреваться на солнце перед купанием;
* не купаться в плохую погоду и в темное время суток.

Особую опасность природные водоемы представляют для детей. Родители и воспитатели детских учреждений всех форм и категорий должны твердо усвоить и непреложно выполнять три заповеди :

* не разрешать детям посещать водоемы для купания и игр на воде без сопровождения взрослых;
* не допускать купания детей в незнакомых местах и в необорудованных для купания частях водоема;
* не допускать купания детей без непрерывного нахождения каждого ребенка под наблюдением взрослого человека, знающего правила купания и способного оказать немедленную помощь в случае необходимости.

**Как спасти тонущего?**

* Подплыть к тонущему лучше всего со спины.
* Приблизившись, взять его за волосы, предплечья, руки, воротник одежды или подмышки
* Повернуть лицом вверх и плыть к берегу, работая свободной рукой.
* Если есть лодка, приближаться к тонущему следует против течения, при ветреной погоде - против ветра и волны.

Вытаскивать пострадавшего из воды лучше всего со стороны кормы.