**Информация для родителей**

**о мерах безопасности детей на водоемах**

• Не игнорируйте правила поведения на воде и не разрешайте делать это детям.

• Не купайтесь с ними в местах, где это запрещено.

• Старайтесь держать ребенка в поле своего зрения, когда он находится в воде.

• Не заплывайте за буйки, не прыгайте в воду со скал, мостов, причалов или в местах с неизвестной глубиной.

• Не следует входить или прыгать в воду после длительного пребывания на солнце, так как при охлаждении в воде наступает сокращение мышц, что может повлечь остановку сердца.

• Строго контролируйте нахождения ребенка в воде, чтобы избежать переохлаждения.

• Купаться лучше утром или вечером, когда солнце греет, но еще нет опасности перегрева.

• Для детей, которые плохо плавают, применяйте специальные средства безопасности, надувные нарукавники или жилеты.

• Объясните детям, что опасно плавать на надувных матрацах, игрушках или автомобильных шинах.

• Нельзя подплывать к лодкам, катерам и судам.

• Если достаточно взрослые школьники самостоятельно идут купаться, то старайтесь чтобы они ходили в безопасные места, где есть пост спасателя и медсестра.

• Не проходите мимо случаев появления детей у воды без сопровождения взрослых.

• Обучите детей не только плаванию, но и правилам поведения в критических ситуациях, объясните опасность водоворотов, судорог, больших волн, сильных течений и т.д.

• Научите азам техники спасения утопающих, если вы не можете сделать это сами, то сходите к инструктору по плаванию.