**Памятка «Правила поведения детей на воде в период летних каникул»**

Наступает летний сезон.

-убедительная просьба к родителям не отпускать детей на водоемы без присмотра;

- никогда не купайтесь в незнакомых местах!

- не купайтесь в водоёмах, в которых есть ямы и бьют ключи!

- если вы не умеете плавать, не следует заходить в воду выше пояса;

- не разрешайте детям и не устраивайте сами во время купания шумные игры на воде – это опасно!

- прыгать с берега в незнакомых местах категорически запрещается;

- если вы оказались в водовороте, не теряйтесь, наберите побольше воздуха в легкие и погрузитесь на глубину, сделав сильный рывок в сторону, всплывите на поверхность воды;

- нельзя заплывать далеко, так как можно не рассчитать своих сил, чтобы вернуться к берегу, что может привести к переутомлению мышц;

- если вы почувствовали усталость, не стремитесь как можно быстрее доплыть до берега, «отдохните» на воде лежа на спине;

- опасно подныривать друг под друга, хватать за ноги, пугать, сталкивать в воду или заводить на глубину не умеющих плавать;

- если вас захватило сильное течение, не стоит пытаться бороться с ним, надо плыть вниз по течению под углом, приближаясь к берегу;

- если во время отдыха или купания Вы увидели, что человек тонет или ему требуется Ваша помощь, помогите ему, используя подручные средства!

-. опасно плавать на надувных матрацах, игрушках или автомобильных шинах, т.к. ветром или течением их может отнести от берега, из них может выйти воздух, и человек, не умеющий плавать, может пострадать.

**Оказание помощи утопающему**

Последовательность действий при спасении тонущего:

Войти в воду

Подплыть к тонущему

При необходимости освободиться от захвата

Транспортировать пострадавшего к берегу, держа его голову над водой

Оказать доврачебную медицинскую помощь и отправить его в медпункт (больницу)