

**Уважаемые взрослые:
родители, руководители образовательных учреждений,
педагоги!**

Безопасность жизни детей на водоемах во многих случаях зависит от вас.

В связи с наступлением жаркой погоды, в целях недопущения гибели детей на водоемах в летний период необходимо усилить разъяснительную работу о правилах поведения на природных и искусственных водоемах и о последствиях их нарушения. Родители могут предупредить несчастные случаи со своими детьми на воде. Категорически запрещено купание детей без надзора взрослых; в незнакомых местах; на надувных матрацах, камерах и других плавательных средствах без надзора взрослых.

Необходимо соблюдать следующие правила:

- прежде чем войти в воду, сделайте разминку, выполнив несколько легких упражнений.
- постепенно входите в воду, убедившись в том, что температура воды комфортна для тела (не ниже установленной нормы).
- не нырять при недостаточной глубине водоема, при необследованном дне (особенно головой вниз!), при нахождении вблизи других пловцов.
- продолжительность купания - не более 30 минут, при невысокой температуре воды – не более 5-6 минут.
- при купании в естественном водоеме не заплывать за установленные знаки ограждения, не подплывать близко к моторным лодкам и прочим плавательным средствам.
- во избежание перегревания отдыхайте на пляже в головном уборе.
- не допускать ситуаций неоправданного риска, шалости на воде.

Управление защиты населения и территорий города от ЧС
администрации муниципального образования «Город Саратов»

**Уважаемые взрослые:
родители, руководители образовательных учреждений,
педагоги!**

Безопасность жизни детей на водоемах во многих случаях зависит от вас.

В связи с наступлением жаркой погоды, в целях недопущения гибели детей на водоемах в летний период необходимо усилить разъяснительную работу о правилах поведения на природных и искусственных водоемах и о последствиях их нарушения. Родители могут предупредить несчастные случаи со своими детьми на воде. Категорически запрещено купание детей без надзора взрослых; в незнакомых местах; на надувных матрацах, камерах и других плавательных средствах без надзора взрослых.

Необходимо соблюдать следующие правила:

- прежде чем войти в воду, сделайте разминку, выполнив несколько легких упражнений.
- постепенно входите в воду, убедившись в том, что температура воды комфортна для тела (не ниже установленной нормы).
- не нырять при недостаточной глубине водоема, при необследованном дне (особенно головой вниз!), при нахождении вблизи других пловцов.
- продолжительность купания - не более 30 минут, при невысокой температуре воды – не более 5-6 минут.
- при купании в естественном водоеме не заплывать за установленные знаки ограждения, не подплывать близко к моторным лодкам и прочим плавательным средствам.
- во избежание перегревания отдыхайте на пляже в головном уборе.
- не допускать ситуаций неоправданного риска, шалости на воде.

Управление защиты населения и территорий города от ЧС
администрации муниципального образования «Город Саратов»