С наступлением долгожданного лета и высоких температурных показателейсотни людей устремляются на отдых к водоемам. Вода — добрый друг и союзник человека, помогающий получить максимум удовольствия от отдыха и укрепить здоровье. Но в то же время она не терпит легкомысленности и может являться источником повышенной опасности. Последствия легкомысленного поведения будут самыми тяжелыми. Чтобы их избежать, каждый человек должен знать элементарные правила безопасности на воде:

1) наиболее оптимальной температурой воды для купания считается +20 и более градусов;

2) при купании в воду следует заходить медленно, давая телу постепенно приспособиться к температуре;

3) ни в коем случае, отдыхая на пляже, нельзя употреблять напитки, содержащие алкоголь;

4) купайтесь только в специально отведенных местах, на оборудованных пляжах;

5) не стоит далеко уплывать от берега;

6) непроверенный водоем - водовороты, глубокие ямы, густые водоросли, холодные ключи, коряги, сильное течение, захламленное дно - может привести к травме, ныряние - к гибели;

7) не подплывайте к близко идущим (стоящим на якоре, у причалов) судам, катерам, лодкам, плотам, не ныряйте под них - это опасно для жизни, вас может затянуть под днище, винты, ударить бортом, захлестнуть волной;

8) нельзя допускать детей к водоемам без присмотра со стороны взрослых;

9) не допускайте шалостей на воде, связанных с нырянием и захватом купающихся, не балуйтесь на воде, не пугайте других.

Соблюдайте правила пользования лодками и другими плавательными средствами:

1)при посадке в лодку нельзя вставать на борт или сиденья;

2)не перегружайте лодку или катер;

3)на ходу не выставляйте руки за борт;

4)не ныряйте с катера или лодки;

5)не садитесь на борт, не пересаживайтесь в воде с места на место или в другие плавсредства;

6)не разрешается кататься в тумане, вблизи шлюзов, плотин, а также останавливаться вблизи мостов или под ними;

7)при необходимости залезть в лодку, делать это надо со стороны носа или кормы, чтобы не опрокинуть ее. Помните, что кто-то из находящихся в лодке может не уметь плавать.

Обратите особое внимание на детей, в каникулы, как правило, они много времени проводят без присмотра взрослых. Предупреждать детей об опасности — обязанность родителей.