ЭТО ДОЛЖЕН ЗНАТЬ КАЖДЫЙ ОТДЫХАЮЩИЙ У ВОДЫ 20.06.2020

По информации Главного управления Министерства Российской Федерации  по делам гражданской обороны, чрезвычайным ситуациям и ликвидации стихийных бедствий по Свердловской области, с начала июня 2020 года на водоемах Свердловской области погибли 12 человек, в том числе 4 ребенка. Основной причиной гибели детей является отсутствие контроля со стороны родителей (законных представителей), а также купание людей в местах традиционного отдыха населения на водных объектах, не оборудованных для купания, с игнорированием запрещающих знаков.

На дворе жаркое лето. В жаркий день люди спешат на реки и пруды. Это действительно огромное удовольствие — выкупаться в прохладной воде, поваляться на горячем песке, побродить по берегу пруда или реки.

Во время такого отдыха нужно всегда помнить, что вода не только друг, она таит в себе опасность. Если оборудованного пляжа поблизости нет, для купания необходимо выбрать подходящее место. Удобнее всего остановиться на пологом песчаном берегу. Место для купания надо выбрать с твердым песчаным не засоренным дном, постепенным уклоном, без быстрого течения, водорослей, тины, подальше от обрывистых, заросших или заболоченных берегов.

В воду нужно входить осторожно. Никогда не прыгайте с незнакомого берега — можно удариться головой о дно, о коряги, затопленные стволы деревьев или другие предметы, находящиеся на дне.

Не заплывайте далеко, вы можете не рассчитать своих сил. Если почувствуете усталость, не теряйтесь, не стремитесь быстрее доплыть до берега, лучше отдохните на воде. Для этого надо лечь на спину и поддерживать себя на поверхности легкими движениями рук и ног. Когда почувствуете, что отдохнули, спокойно плывите к берегу. Если вас захватило течением, не пытайтесь с ним бороться. Плывите вниз по течению, постепенно, под небольшим углом, меняя направление, постепенно приближаясь к берегу.

Если попали в место, заросшее водорослями, старайтесь выплыть оттуда, держитесь горизонтально, чтобы не задеть растения. Но если вы все-таки зацепились, не делайте резких движений, постарайтесь ослабить петли растений свободной рукой.

Отдыхая у воды всей семьей, особое внимание надо уделять детям. Нельзя ни на минуту выпускать их из поля зрения. Купаться они должны только под наблюдением взрослых. Для детей можно сделать небольшую купальню, где они могут самостоятельно поплескаться. Для обучения детей плаванию рекомендуется брать с собой надувные игрушки или матрацы. При этом перед купанием следует их проверить в абсолютной исправности.

**Ни на минуту не оставляйте детей без присмотра. Ослабление внимания — причина несчастных случаев с детьми.**

**Пусть отдых по-настоящему будет здоровым, радостным, безопасным.**