**ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ НА ВОДЕ**

Самый полезный отдых летом — это отдых на воде. Нарушение правил поведения на воде ведет к несчастным случаям и гибели людей. Поэтому при купании необходимо соблюдать следующие правила:

         Купаться можно в разрешенных местах, в купальнях или на оборудованных пляжах.

         Для купания  выбирайте песчаный берег, тихие неглубокие места с чистым дном.

         Не купайтесь в запрещенных и необорудованных для купания местах (у плотин, на водосбросе, в карьерах, котлованах, бассейнах для промышленных нужд).

**КАТЕГОРИЧЕСКИ ЗАПРЕЩАЕТСЯ:**

Заплывать далеко от берега, выплывать за пределы  ограждения мест купания.

Подплывать близко к проходящим катерам, весельным  лодкам, гидроциклам.

Взбираться на технические предупредительные знаки, буи, бакены и др.

Прыгать в воду с лодок, катеров, парусников и других плавательных средств.

Купаться у причалов, набережных, мостов и тд.

Купаться в вечернее время после захода солнца.

Прыгать в воду в незнакомых местах.

Купаться у крутых, обрывистых берегов.

Помните, что после еды разрешается купаться не раньше чем через полтора - два часа.

         Во время купания не делайте лишних движений, не держите свои мышцы в постоянном напряжении, не гонитесь за скоростью продвижения в воде, не нарушайте ритма дыхания, не переутомляйте себя, не принимайте участия в больших заплывах без разрешения врача и необходимых тренировок.

         Попав на быстрое течение, не плывите против течения, проплывайте  на груди или на боку, горизонтально на немного повышенной  скорости. Остерегайтесь водоворотов, никогда не подплывайте к ним близко.

         Попав в водоворот, не теряйтесь, наберите побольше воздуха в легкие, погрузитесь в воду и сделайте смелый рывок в сторону  по течению.

         Следует отметить, что  в 2019 году на территории Золотухинского района будет оборудован один пляж для купания – это пруд в д. Сергеевка Ануфриевского сельсовета, где будет проведено водолазное обследование дна, соблюдены все меры для безопасного купания в летний период.