



**Купаться разрешено только в местах, оборудованных для купания, при этом необходимо:**

1. Соблюдать правила безопасности при купании. 2. Следить за количеством и поведением купающихся. 3. Не допускать переохлаждения и перегрева тела.
4. Выполнять распоряжения спасателей.
5. Оказывать помощь терпящему бедствие на воде.
6. Не умеющие плавать должны купаться в специально отведенных местах.
7. Выбирайте для купания безопасные или специально отведенные для этого места.
8. Не оставляйте детей у водоемов без присмотра взрослых.
9. Не ныряйте в воду в незнакомых местах.
10. Если попадете в водоворот не пугайтесь, наберите побольше воздуха в легкие, погрузитесь в воду и сделайте сильный рывок в сторону по течению, всплывите на поверхность.
11. При судорогах не теряйтесь, старайтесь удержаться на поверхности воды, зовите на помощь.
12. Попав в сильное течение, не плывите против него, используйте течение чтобы приблизиться к берегу.
13. Во время купания не теряйте друг друга из виду

**На пляжах и в других местах массового отдыха запрещается:** 1) купаться в местах, где выставлены щиты (аншлаги) с предупреждающими и запрещающими знаками и надписями; 2) заплывать за буйки, обозначающие отведенные для купания участки акватории водного объекта;

3) подплывать к моторным, парусным судам, весельным лодкам и другим плавсредствам;

- 4) прыгать с не предназначенных для этих целей сооружений в воду;
- 5) загрязнять и засорять водные объекты и берега;
- 6) употреблять спиртные напитки;
- 7) купаться при подъеме на мачте черного шара, обозначающего "купание запрещено", а также в состоянии алкогольного опьянения;
- 8) приводить с собой собак и других животных;
- 9) играть с мячом и в спортивные игры в не отведенных для этих целей местах, а также допускать неприемлемые на водных объектах действия, связанные с нырянием и захватом купающихся, подавать крики ложной тревоги;
- 10) плавать на досках, бревнах, лежаках и других, не предназначенных для этих целей, предметах;
- 11) использование механических транспортных средств.

Обучение людей плаванию должно проводиться в специально отведенных местах пляжа. Ответственность за безопасность обучаемых несет преподаватель (инструктор, тренер, воспитатель), проводящий обучение или тренировку.

Взрослые обязаны не допускать купания детей в неустановленных местах, плавания на не приспособленных для этого средствах (предметах) и других нарушений на водных объектах.

Эксплуатация пляжей в лагерях отдыха детей запрещается без инструкторов по плаванию, на которых возлагается ответственность за безопасность детей и методическое руководство обучением их плаванию.

Для проведения уроков по плаванию оборудуется примыкающая к водному объекту площадка, на которой должны быть плавательные доски, резиновые круги, шесты для поддержки не умеющих плавать, плавательные поддерживающие пояса, электромегафоны и другие обеспечивающие обучение средства. Контроль за правильной организацией и проведением купания детей в лагерях отдыха осуществляют руководители этих лагерей.

Для купания детей во время прогулок и экскурсий выбирается неглубокое место на водном объекте с пологим дном без свай, коряг, острых камней, стекла, водорослей и ила. Обследование места купания должно проводиться взрослыми людьми, умеющими хорошо плавать и нырять. Купание детей должно проводиться под контролем взрослых.