

Правила поведения на воде для детей

Лето – это солнце, воздух и вода, это время отпусков, путешествий и оздоровления детей. Люди семьями отправляются на [отдых](#) к водоемам.



Но следует учесть тот факт, что такой отдых одновременно полезен, приятен, но и опасен, особенно если карапуз не умеет плавать. Да, вода очень полезна для здоровья малыша: он и закаляется, и активно проводит время, получая свою порцию физической нагрузки, и морально отдыхает, но вместе с тем, вода – это очень опасная стихия.

Умение хорошо плавать – одна из важнейших гарантий безопасного отдыха на воде, но помните, что даже хороший пловец должен соблюдать постоянную осторожность, дисциплину и строго придерживаться правил поведения на воде.

Лучше всего купаться в специально оборудованных местах: пляжах, бассейнах, купальнях; обязательно предварительно пройти медицинское освидетельствование и ознакомившись с правилами внутреннего распорядка мест для купания.

Место для купания нужно выбирать там, где чистая вода, ровное песчаное или гравийное дно, небольшая глубина, нет сильного течения.

Начинать купаться рекомендуется в солнечную безветренную погоду при температуре воды 17-19 С, воздуха 20-25 С. В воде следует находиться 10-15 минут, перед заплывом необходимо предварительно обтереть тело водой.

Для того чтобы уберечь кроху от беды, родители должны заранее рассказать ему **правила поведения на воде для детей:**



- Дети должны купаться только под присмотром родителей.
- Купаться можно только на обустроенных пляжах, на которых дежурят спасатели.
- Ни в коем случае нельзя купаться в местах, возле которых размещены щиты с надписью «Купаться строго запрещено!».
- Детям нельзя играть и находиться у водоема, если вблизи нет родителей.
- Детям нельзя купаться при повышенной температуре и недомогании.
- Малышам нельзя находиться в воде больше 30 минут, а если вода прохладная – 5-7 минут.
- Нельзя купаться сразу после обильного приема пищи. Нужно выждать 30-45 минут.
- Если даже малыш умеет хорошо плавать, ему нельзя купаться в глубоких местах.
- Нельзя заплывать за буйки, даже в присутствии родителей.
- Нельзя нырять в незнакомых местах. Нельзя прыгать в воду с неприспособленных для этого возвышений.
- Категорически запрещается играть на воде игры, во время которых нужно топить других.
- Нельзя спонтанно нырять и хватать кого-то за ноги в воде – перепуганный человек может случайно нанести травму ныряющему шутнику.
- В жаркие солнечные дни нужно купаться в головных уборах.
- Нельзя купаться в шторм и при большой волне.
- Нельзя плавать на поврежденных плавательных средствах (матрасах, кругах и др.)
Нельзя заплывать на плавательных средствах за буйки.
- Нельзя плавать на плавательных средствах при сильной волне и в шторм.
- После купания нужно хорошенько вытереться полотенцем и промокнуть уши.



Что делать, если ребенок все-таки нахлебался воды?

В первую очередь нужно дать ему возможность хорошо откашляться. Вынести его из воды, укутать полотенцем, успокоить и напоить теплым чаем.

Взрослые всегда должны помнить, что они являются примером для своих карапузов!!!

Сколько бы Вы не рассказывали ребенку о том, как нужно вести себя на воде, если Вы сами не соблюдаете эти правила, – все бесполезно.

Приятного Вам отдыха!