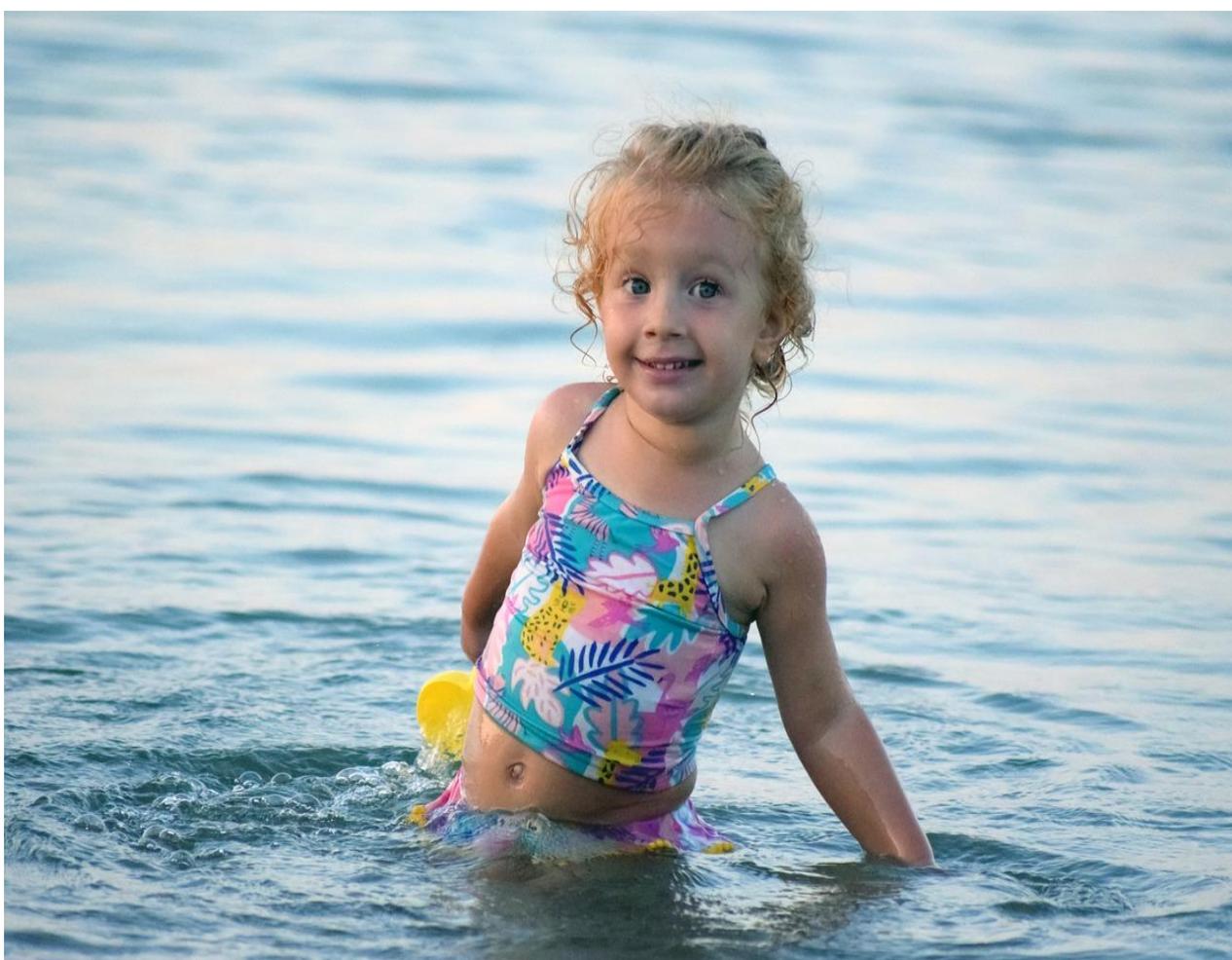


Безопасное купание: памятка по поведению на воде для детей и родителей

Лето — любимое время года детей. Каникулы, длинные тёплые дни, купание, физическая активность — всё это благотворно влияет на организм. Чтобы этот счастливый период не закончился бедой, все родители должны знать правила безопасности на воде для детей и познакомить с ними сына или дочь. Соблюдение этих несложных рекомендаций гарантирует отличный отдых и взрослым, и детям.

Для всех родителей, заботящихся о своем ребёнке, безопасность детей стоит на первом месте. Папы и мамы должны чётко осознавать, что это территория только их ответственности и предусмотреть всё, чтобы отдых у воды не закончился плачевно.



Общие важные правила

Купание должно оздоравливать организм и нести положительные эмоции, а не быть причиной болезни или несчастного случая. Чтобы избежать трагических ситуаций, важно придерживаться главных правил поведения на воде:

1. Пляж должен быть правильно оборудован и максимально безопасен.
2. Нельзя купаться в тех местах, где установлены запретительные знаки.
3. Необходимо держаться ближе к берегу.
4. Время пребывания в воде нужно ограничивать, принимая во внимание температуру воды.
5. Детям нельзя находиться около водоёмов без постоянного контроля родителей или других взрослых.
6. Недопустимо купаться в одиночку.
7. Следует использовать специальные нарукавники или спасательные жилеты.
8. Нельзя подплывать к любым судам, нырять со скал, лодок, причалов и так далее.

Соблюдение несложных требований безопасности сохранит жизнь и здоровье ребёнку.

Правила безопасности на воде для детей

Вода несёт немалую опасность, и лучше предусмотреть все возможные варианты развития событий, не допуская беды. Достаточно соблюдать несложные правила, озаботившись безопасностью детей, и риск пострадать будет сведён к минимуму:

1. Купание детей должно происходить только под контролем родителей. Нельзя отворачиваться даже на минуту.
2. Если у ребёнка повышена температура, и он неважно себя чувствует, купание строго запрещается.
3. Лучше не заходить в воду сразу после плотного обеда. Необходимо подождать как минимум полтора часа.
4. Недопустимо заплывать за буйки или иные ограничительные знаки.
5. Купаясь в незнакомых местах, надо соблюдать внимательность и осторожность, ни в коем случае не нырять.

6. Дети зачастую не чувствуют опасности и затевают неприемлемые игры, стараясь в шутку утопить друг друга. Такая забава может обернуться бедой.
7. Отправляясь на водоём, важно учитывать погодные условия. Шторм, большие волны — не лучшее время для купания.
8. Если день жаркий и солнечный, ребёнок должен надевать светлый головной убор, иначе он может перегреться и лишиться сознания в воде.
9. Водоёмы, берега которых ограничены бетонными плитами или крупными камнями — опасное место для купания. Они обычно покрыты мхом или мелкими водорослями и очень скользкие. В сложной ситуации ребёнок не сможет выбраться на берег.
10. Не стоит заходить в воду сразу же после значительной физической нагрузки — бега, игры в футбол и так далее. Сначала надо немного отдохнуть, восстановить дыхание.
11. Нельзя купаться в водоёмах с сильным течением. Проверить это очень просто — достаточно кинуть в воду щепку и понаблюдать за ней.
12. Если ребёнок перегрелся на солнце, нельзя давать ему резко прыгать в холодную воду – это чревато шоком и потерей сознания. Предварительно следует ополоснуться водой.

Отдых на воде — любимое времяпрепровождение и детей, и их родителей. Недаром все мы с детских лет помним поговорку «солнце, воздух и вода — наши лучшие друзья». Правильно организованное купание принесёт огромную пользу здоровью ребёнка, обеспечит физическую активность, укрепит иммунитет и подарит много радости.

