

## **Консультация для родителей**

### **Безопасность детей на воде**

Составили воспитатели  
А.Э. Долгополова и И.Е. Резникова

Когда наступает лето, удержать ребенка от плескания в море, озере или речке практически невозможно. И этого даже не стоит делать, ведь водные процедуры под лучами летнего солнышка – уникальный шанс укрепить здоровье и поднять иммунитет. Однако, купание – одно из опасных занятий, в особенности, для детей, и даже умение плавать не является гарантией полной безопасности. Поэтому, прежде чем брать своего ребёнка на пляж или на прогулку к водному источнику, родители совместно с детьми должны изучить правила безопасности детей на воде. В первую очередь объясните, что нарушение правил безопасности на воде чревато серьезной угрозой жизни и здоровью. Расскажите ребёнку, что купаться можно лишь в местах, пригодных для этого. В других местах на дне могут находиться брёвна, осколки, ямы. Нельзя входить в воду во время шторма или грозы. Если ребёнок плохо плавает, ему не нужно заходить глубоко в воду и даже, имея надувной матрас или круг, следует плавать как можно ближе к берегу. Если температура воды ниже 16°C, то в такой воде не купаются - ведь могут начаться судороги или может произойти потеря сознания. При судорогах нужно лечь на спину и плыть к берегу, руками растирая сведённую часть тела. При температуре воды от +17 до +19 °C и температуре воздуха около 25 °C, в воде не следует находиться более 10-15 минут. На дне водоемов часто растут водоросли, и можно в них запутаться. Чтобы освободиться, нужно спокойно, мягко, без резких рывков плыть на спине к берегу, либо с помощью рук в положении на спине постараться избавиться от водорослей. Объясните ребёнку, что если его несет сильное течение, не стоит пытаться преодолеть и сопротивляться - это бесполезно. Надо поддаться течению, но постараться плыть в сторону берега. Если в воде купаются несколько детей, объясните им, что игры с захватами и борьбой в воде опасны, какими бы весёлыми они ни были. Чтобы избежать перегревания на солнце не стоит купаться в период с полудня и до 16 часов, на солнце обязательно пользоваться солнцезащитными кремами и надевать головной убор.

**Берегите своих детей**