

МЕРЫ ОБЕСПЕЧЕНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ДЕТЕЙ НА ВОДЕ.

Безопасность детей на воде обеспечивается выбором и оборудованием места купания, систематической разъяснительной работой с детьми о правилах поведения на воде и соблюдением мер предосторожности.

Чтобы избежать беды, детям необходимо строго соблюдать ряд простых правил поведения на воде.

ПОМНИТЕ:

- купаться можно только в разрешенных местах и в присутствии взрослых;
- нельзя нырять в незнакомых местах - на дне могут оказаться камни, коряги, металлические прутья и т.д.;
- нельзя прыгать в воду с лодок, катеров, причалов и других сооружений, не приспособленных для этих целей;
- не следует купаться в заболоченных местах и там, где есть водоросли или тина;
- нельзя цепляться за лодки;
- нельзя купаться в штормовую погоду;
- при преодолении водоёмов на лодках несовершеннолетние должны быть в спасательных жилетах;
- учиться плавать дети могут только под контролем взрослых;
- нельзя входить в воду после перегревания на солнце или сильного охлаждения тела до образования "гусиной кожи";
- нельзя заплывать далеко от берега, не рассчитав свои силы, опасно даже для умеющих хорошо плавать.

12 ПРАВИЛ КУПАНИЯ ДЕТЕЙ В ОТКРЫТЫХ ВОДОЁМАХ.

Купание детей в открытых водоёмах (море, река, озеро) благоприятно сказывается на их самочувствии и настроении. Но чтобы получить желаемый результат, необходимо соблюдать некоторые правила:

1. Первое купание ребёнка можно проводить, когда ему исполнится 2 года.
2. Начинать купаться нужно при температуре воздуха не менее 25 С и температуре воды не меньше 22 С.
3. Купание должно происходить в утренние часы.
4. Перед купанием желательно немного отдохнуть (минут 15).
5. Входить в воду с ребёнком нужно постепенно, приучая тело к новому ощущению.
6. Находиться в воде в первое время желательно не более 2 – 3 минут.
7. Легковозбудимым и не слишком упитанным детям нежелательно купаться более 5 - 10 минут.
8. При появлении озноба следует немедленно выйти из воды.
9. Нельзя окунать ребёнка с головой в воду, если он ещё не привык купаться.
10. Нельзя купаться натощак. После приёма пищи должно пройти не менее часа.
11. После купания важно тщательно вытереться насухо и отдохнуть в тени.
12. Перерыв между купаниями должен быть не менее 3 – 4 часов.

**Обязательное соблюдение всех правил поведения на воде
(в купальный сезон) - залог сохранения здоровья
и спасения жизни многих людей!**