

# **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 детей: они и закаляются, и активно проводят время, получая свою порцию физической нагрузки, и морально отдыхают, но вместе с тем, вода – это очень опасная стихия.

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

- 1.** Дети должны купаться только под присмотром родителей.
- 2.** Купаться можно только на обустроенных пляжах, на которых дежурят спасатели.
- 3.** Ни в коем случае нельзя купаться в местах, возле которых размещены щиты с надписью «Купаться строго запрещено!».
4. Детям нельзя играть и находиться у водоема, если вблизи нет родителей.
- 5.** Детям нельзя купаться при повышенной температуре и недомогании.
- 6.** Детям нельзя находиться в воде больше 30 минут, а если вода прохладная – 5-7 минут.
- 7.** Нельзя купаться сразу после обильного приема пищи. Нужно выждать 30-45 минут.
- 8.** Если даже ребенок умеет хорошо плавать, ему нельзя купаться в глубоких местах.
- 9.** Нельзя заплывать за буйки, даже в присутствии родителей.
- 10.** Нельзя нырять в незнакомых местах.
- 11.** Нельзя прыгать в воду с неприспособленных для этого возвышений.

- 12.** Категорически запрещается играть на воде игры, во время которых нужно топить других.
13. Нельзя спонтанно нырять и хватать кого-то за ноги в воде – перепуганный человек может случайно нанести травму ныряющему шутнику.
- 14.** В жаркие солнечные дни нужно купаться в головных уборах.
- 15.** Нельзя купаться в шторм и при большой волне.
- 16.** Нельзя плавать на поврежденных плавсредствах (матрасах, кругах и др.)
- 17.** Нельзя заплывать на плавсредствах за буйки.
- 18.** Нельзя плавать на плавсредствах при сильной волне и в шторм.
- 19.** 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.

**Правила поведения на воде для детей** практически не отличаются от правил для взрослых. 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.

Берегите свою жизнь!