

## **Рекомендация для родителей «Безопасность на воде».**

Скоро лето! Это прекрасное время не только для детей, но и для взрослых. В жаркие дни мы любим проводить время возле водоемов.

Купание в реке, озере или в море, является одним из лучших способов закаливания детского организма летом, так как сочетается воздействие воздуха, солнечного света, воды и движений. Под влиянием плавания улучшается сон, аппетит, обмен веществ. Чтобы от плавания получить только пользу и удовольствие, необходимо соблюдать правила поведения детей на воде, которые помогут сохранить здоровье и жизнь.

Вода, не смотря на свои полезные свойства, может таить в себе опасность. Часто неприятности случаются с детьми, которые умеют плавать, поскольку они обычно заходят в воду глубже, чем по пояс, и считают себя отличными пловцами. Ребенок дошкольного возраста всегда должен купаться под присмотром взрослых. Плавать рекомендуется только в специально отведенных для этого местах с безопасным проверенным дном, при отсутствии глубоких ям, сильного течения, водоворотов или больших волн. Многие несчастные случаи происходят именно из-за купания в запрещенных местах.

### *Что нужно знать родителям про безопасность детей на воде:*

- купаться надо не менее чем через час после еды;
- если температура воды менее +16°C, то купаться вообще не рекомендуется, так как от холода могут начаться судороги или может произойти потеря сознания;
- при температуре воды от +17 до +19°C и температуре воздуха около +25°C, в воде не следует находиться более 10-15 минут;
- плавать надо только в специально оборудованных для этого безопасных местах. Если вы решили поплавать, находясь в местах дикой природы, то выбирайте место с чистой водой, глубиной до 2-х метров, с ровным гравийным или песчаным дном, и где течение воды слабое, то есть не превышает 0,5 м/с (для проверки бросьте в воду щепку или палочку);
- При грозе нужно немедленно выйти из воды, т.к. она притягивает электрический разряд;
- Никогда не купайтесь в заболоченных местах;
- Если вы находитесь в нетрезвом состоянии, то не пускайте детей в воду, они, оставшись без присмотра, могут попасть вбеду.

### *Нельзя:*

- заплывать за буйки, а если их нет, то слишком далеко от берега;
- близко подплывать к судам;
- прыгать в воду в местах, где мелко или незнакомое дно;
- прыгать в воду с причалов, мостов, лодок;
- купаться в шторм или при сильных волнах;
- устраивать в воде игры с захватами или шуточными утоплениями

Так же хочется предупредить, что с осторожностью надо купаться в водоемах, берег которых обложен большими камнями или бетонными плитами, они покрываются мхом, и

становятся скользкими, и по ним опасно, и трудно выбираться. Надувные матрасы и круги предназначены для плавания только вблизи берега. Всегда надо помнить и соблюдать правила безопасности на воде для детей.

Безопасность в данном случае не признак трусости, а осторожность разумных людей.

Хочу призвать родителей прислушаться к этим словам. Пусть водные процедуры будут безопасными, приносящими только радость.

Используемые ресурсы:

<http://nsportal.ru/detskii-sad/vospitatelnaya-rabota/2014/06/21/rekomendatsii-roditelyam-bezopasnost-doshkolnikov-na>

