

С РЕБЁНКОМ у ВОДОЁМА

ОТ ЭТОГО ЗАВИСИТ ЖИЗНЬ ВАШИХ ДЕТЕЙ СЕГОДНЯ И ЗАВТРА!

Необходимо рассказать детям о правилах поведения на природных и искусственных водоёмах и о последствиях нарушения правил.

Этим вы предупредите несчастные случаи с вашими детьми на воде!



КАТЕГОРИЧЕСКИ ЗАПРЕЩЕНО:

- купание детей без надзора взрослых;
- купание в незнакомых, запрещённых местах.

СРЕДСТВА БЕЗОПАСНОСТИ

В настоящее время существует множество средств для безопасного плавания в водоёмах и обучения азам самостоятельного нахождения в воде:

- нарукавники;
- жилеты;
- разнообразные круги для плавания;
- для младенцев существуют специальные круги, которые надеваются на шею.



Любой надувной предмет может быстро потерять плавучесть из-за малейшего повреждения, поэтому данными средствами необходимо пользоваться в присутствии взрослых!



ДЛЯ КУПАНИЯ НЕОБХОДИМЫ:

- детские тапочки, если дно водоёма каменистое и пляж не очень чистый;
- головной убор (чтобы не случился тепловой удар и ребёнок не перегрелся).

НАДУВНОЙ БАССЕЙН НА ДАЧЕ

Отличным средством закаливания детей на даче являются водные процедуры. Даже небольшой детский бассейн позволяет в тёплую погоду создавать необходимую для закаливания разницу температур при поочерёдном воздействии на кожу ребёнка воздуха и воды.



СОВЕТЫ ПО БЛАГОУСТРОЙСТВУ И ИСПОЛЬЗОВАНИЮ НАДУВНОГО БАССЕЙНА:

- тщательно очистите место для размещения бассейна, сделайте или приобретите подстилку под чашу, превосходящую её по размеру;
- разместите бассейн в тени деревьев, а лучше под тен-том. Защитите малыша от перегрева и ожогов на солнце, а воду бассейна – от роста микроводорослей;
- регулируйте температуру воды добавлением горячей воды и контролируйте градусником (22–24 °С – оптимальная температура);
- выбирайте бассейны с надувным дном, это сделает процедуру купания удобной и приятной для малыша.

РЕКОМЕНДАЦИИ ПО КУПАНИЮ РЕБЁНКА В БАССЕЙНЕ.

Большинство педиатров не рекомендуют родителям допускать длительное пребывание на солнце детей до второго месяца жизни.

Ребёнок имеет слаборазвитый иммунитет к этому возрасту, он крайне уязвим для болезней. Это касается пребывания ребёнка не только в бассейне, но и у других водоёмов.

**УВАЖАЕМЫЕ ВЗРОСЛЫЕ,
берите в бассейн
ребёнка с 3–4 лет
и соблюдайте
правила!**



Важно убедиться, что вода в бассейне не очень холодная, потому что только после первого года жизни ребёнок может адаптировать внутреннюю температуру к внешней. Не забывайте, что дети острее чувствуют холод. Температура воды в бассейне, где вы собираетесь купать детей, должна быть около 28,8–30 °С.

ЛИТЕРАТУРНАЯ СТРАНИЧКА

Короткое стихотворение для разучивания поможет малышу узнать правила безопасности на воде.

Надеваю для купанья
Я купальник?
Вовсе нет.
Надеваю для купанья
Я спасательный жилет.
И спасательные брюки
Неприменно,
Но сперва
Продеваю ловко руки
В надувные рукава.
Надувному человеку
Даже штормы нипочём,
И не плавать кирпичом!
Но в различную погоду –
В день ненастный и в жару –
Я на всякий случай в воду
Круг спасательный беру!

Анастасия Орлова



ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ: БЕЗОПАСНОЕ ПОВЕДЕНИЕ У ВОДОЕМА

**РОДИТЕЛИ, СЛЕДИТЕ ЗА ДЕТЬМИ,
НАХОДЯЩИМИСЯ У ВОДЫ!**

С детства воспитывайте у малыша осторожность, не игнорируйте правила поведения на воде и не разрешайте делать это детям. Во время купания в открытом водоёме необходимо соблюдать правила, которые должны стать непреложным законом для вас и ваших детей!

- ★ Строго следите за состоянием дна. На дне не должно быть посторонних предметов и ям. Дно должно быть ровное и по возможности песчаное, не илистое.
- ★ Вода должна быть чистая и прозрачная. Глубина – примерно 80 см.
- ★ Температура воды должна быть не ниже 20 градусов.
- ★ Родители должны постоянно видеть ребёнка во время купания или находиться рядом с ним в воде.
- ★ Плавать следует преимущественно вдоль берега.
- ★ Необходимо иметь какие-либо ограждения в воде.
- ★ Строго следите за дисциплиной, особенно во время групповых игр и упражнений в воде.
- ★ Не следует выполнять упражнения по обучению плаванию на фоне плохого самочувствия и утомления.
- ★ Нельзя заниматься плаванием сразу после еды.



Чтобы избежать непредвиденных ситуаций с детьми, убедительно просим вас строго контролировать свободное время ваших детей.