



# Правила Поведения на воде

для детей



Летом родители хотят оздоровить ребенка, а также разнообразить его досуг, поэтому вместе с ним отправляются на море. Однако отдых у водоема может оказаться опасным, особенно если малыш плавает плохо или же вовсе не умеет держаться на воде.

Вода полезна для здоровья – тут и закалка, и физическая нагрузка, но вместе с тем это опасная стихия.

Чтобы уберечь ребенка от беды, родители должны заранее проинструктировать его по поводу правил поведения детей на воде.

## Правила поведения на воде

1. Выбирайте пляжи, на которых постоянно дежурят спасатели, которые готовы в любой момент оказать первую медицинскую помощь.

Никогда не нарушайте запрет, если возле водоема есть предупредительный щит «Купаться строго запрещено».

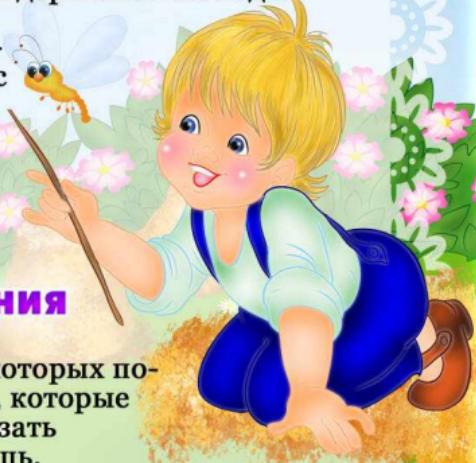
2. Детям нельзя купаться при недомогании и повышенной температуре.

3. Ребенку запрещено не только купаться, но даже находится вблизи водоема, если родителей нет рядом. Никогда не оставляйте малыша под присмотром малознакомых людей.

4. Не разрешайте ребенку играть в местах, где можно упасть в водоем.

5. Перерыв между приемами пищи и купанием должен быть не менее 45 минут. Нельзя купаться в водоеме больше 30 минут, а если вода становится прохладной, достаточно 5-6 минут.

6. Ребенку нельзя купаться в глубоких местах, даже если он отлично умеет плавать. Не стоит разрешать ребенку заплывать на глубину даже в присутствии родителей.



7. Ни в коем случае не разрешайте нырять в не-знакомых местах, категорически запретите детям прыгать в воду с любых возвышений. Маленьким детям вообще нежелательно нырять – попавшая в ухо вода может привести к серьезному заболеванию.

8. Категорически запрещены игры на воде, во время которых нужно захватывать и топить других. Также нельзя нырять, чтобы схватить кого-то за ноги – испуганный человек может нечаянно нанести травму шутнику.

9. Нельзя купаться при большой волне, а в жаркие солнечные дни детям желательно купаться в плавательной шапочке или с белым головным убором на голове.

10. После купания вытрите ребенка полотенцем насухо и оденьте.

### **Если ребенок нахлебался воды**

Если вы недоглядели, и ребенок нахлебался воды, дайте ему хорошо откашляться. Нужно вынести малыша из воды, хорошенько укутать полотенцем, напоить теплым сладким чаем и успокоить.

В этот день лучше забыть о купании – отдохните вместе с ребенком дома.

### **Если ребенку в ухо попала вода**

Если в ухо ребенку попала вода, ее нужно извлечь. Попросите его попрыгать на правой ноге, наклонив вправо голову, если вода попала в правое ушко, и наоборот.

Когда малыш будет ложиться спать, уложите его на бок, чтобы больное ухо лежало на подушке. Если любые ваши меры не помогут, нужно немедленно обратиться к врачу и провести вымывание.

**Внимательно следите за ребёнком, чтобы отдых с детьми принёс только приятные моменты.**

