

### **Безопасность отдыха детей на воде в летний период.**

В летний период дети чаще предоставлены сами себе и им удается избежать контроля со стороны взрослых. Кроме того, летом гораздо больше вариантов активного отдыха и способов времяпровождения. Однако с возрастанием количества способов отдыха возрастает и количество опасностей, подстерегающих ребенка во время этого отдыха. Прежде всего, надо знать какие это могут быть опасности, а также знать простые правила, которые помогут избежать неприятностей или справиться с ними, если избежать их не удалось.

Одним из основных источников опасности для детей в летний период является водоем. На водоеме три основные опасности:

- перегрев на солнце;
- переохлаждение в воде;
- главная опасность – утопление.



Первое, что нужно помнить – не отпускать детей на водоем без взрослых. Если идет купаться группа ребят, взрослый должен наблюдать за ними с берега. Долгое пребывание на солнце повышает риск получить солнечный удар или ожоги тела. Если такое случилось, немедленно нужно отнести ребенка в прохладное место и вызвать скорую помощь. На лоб нужно положить мокрое полотенце. При потере сознания – поднести нашатырный спирт к носу (он может оказаться в автомобильной аптечке), это позволит привести ребенка в чувство.

Переохлаждение – очень частое явление на воде, возникающее при длительном пребывании в воде или мокрой одежде. Детям вполне достаточно барахтаться в воде, зайдя по щиколотки, но даже этого достаточно для переохлаждения. Некоторым детям хватит и часа побегать мокрыми, чтобы простудить легкие. Нужно знать! У маленьких детей нет подкожной жировой прослойки, которая в свою очередь защищает и не дает организму быстро охладиться. Пребывание в воде должно ограничиваться 15-20 минутами, после чего следует делать перерыв минут на 40-50. Вода для ребенка и друг, и враг, и про это забывать не следует. Особое внимание нужно уделять водоемам и бассейнам на частных территориях. Не должно быть свободного доступа к ним детей. Не оставляйте детей без присмотра! Не пренебрегайте, проводите беседы с детьми о правилах безопасного поведения на воде (на реке, на озере, в бассейне).

#### **Основные правила безопасности на воде:**

1. Когда купаются дети, рядом должны быть взрослые.
2. Нельзя стоять и играть в тех местах, откуда можно упасть в воду (на краю пристани, на мосту, крутом берегу).
3. Нельзя затевать шумные игры на плавающих средствах (лодках, катерах, надувных матрасах, плота и т.д.).
4. Нельзя заходить на глубокое место, если не умеешь плавать.
5. Нельзя нырять в незнакомых местах.
6. Нельзя подплывать близко к судам.
7. Нельзя, играя на воде, тянуть друг друга под воду, топить.
8. Нельзя заплывать далеко на надувных предметах.
9. Нельзя раскачивать лодку, ходить по ней и перегибаться через борт.

Если вдруг во время нахождения на водоеме вы услышали крики о помощи, осмотритесь и оцените обстановку: можете ли вы самостоятельно спасти утопающего; есть ли рядом

какие-нибудь предметы, способные Вам помочь при спасении утопающего. При извлечении утопающего из воды необходимо быть осторожным. Подплывать к нему следует сзади. Схватив за волосы или подмышки, нужно перевернуть его вверх лицом и плыть к берегу, не дав захватить себя. Оказание первой доврачебной помощи должно начинаться сразу же после извлечения из воды.

Только общими усилиями можно предотвратить беду!

**Помните, вода не прощает ошибок!**

