**Консультация для родителей.**

**«Правила поведения на воде»**

 Подготовила воспитатель: Солдаткина Елена Валериевна

 Май 2022 г.

**Консультация для родителей. Правила поведения на воде**

Что за летний отдых без купания? Тоска, да и только. Особенно когда солнышко припекает, прохладная вода пруда или речки, озера или карьера так и манит, так и приглашает окунуться.

Окунуться и поплавать - это хорошо, даже полезно. Но мелочи, о которых и дети, и взрослые частенько забывают, могут испортить всё удовольствие.

Главная заповедь у воды гласит: не зная броду - не суйся в воду!

Повышенную опасность для человека, если он, конечно, не живет в центре безводной песчаной пустыни, представляют водоемы: побережье морей, реки, озера, пруды, карьеры и пр. И даже строительные котлованы и траншеи, заполненные водой. Чаще всего несчастные случаи на воде бывают связаны с купанием в случайных, не приспособленных для этого местах, при переправах по льду через замерзшие водоемы, катаниях на лодках и других плавсредствах и пр. Кто может поручиться, что водоем, который вы облюбовали для купания, не используется недобросовестными водителями, ленящимися вывозить мусор на дальние свалки, в качестве выгребной ямы, на дне которой может быть все, что угодно. Прыгнуть сверху в такую воду - все равно, что нырнуть в мусорное ведро: запросто можно напороться на кучу битых кирпичей, вертикально торчащий прут металлической арматуры или запутаться в клубке колючей проволоки, которого еще вчера не было.

Вчерашний обжитой пляж сегодня может представлять смертельную опасность. Собираясь купаться, особенно если среди вас маленькие дети, не поленитесь лишний раз проверить состояние дна. Это обережет вас от многих неприятностей.

Если вы не умеете плавать - не следует чрезмерно доверять себя надувным матрасам, автомобильным камерам и прочим подручным плавсредствам. Во-первых, в самый неподходящий момент они могут лопнуть. Во вторых, течением и ветром вас может отнести далеко от берега. А в море так очень далеко!

Купание полезно только здоровым людям, поэтому проконсультируйтесь с врачом, можно ли вам купаться. Лучшее время суток для купания - 8-10 часов утра и 17-19 часов вечера. Не следует купаться раньше чем через час-полтора после приема пищи.

Взрослые должны ознакомить детей с правилами безопасности на водных объектах, прежде чем дети отправятся в лагеря, туристические походы, пикники.

Умение хорошо плавать - одна из важнейших гарантий безопасного отдыха на воде, но помните, что даже хороший пловец должен соблюдать постоянную осторожность, дисциплину и строго придерживаться правил поведения на воде. Перед купанием следует отдохнуть. Не рекомендуется входить в воду разгоряченным. Не отплывайте далеко от берега, не заплывайте за предупредительные знаки. Купайтесь в специально отведенных и оборудованных для этого местах. Перед купанием в незнакомых местах обследуйте дно. Входите в воду осторожно, медленно, когда вода дойдет вам до пояса, остановитесь и быстро окунитесь. Никогда не плавайте в одиночестве, особенно, если не уверены в своих силах. Не подавайте ложных сигналов бедствия.

Купание ребенка в открытом водоеме считается опасным. Но это вовсе не значит, что нужно лишать малыша такого удовольствия. Риск прямо связан со здравомыслием взрослых, и есть два основных способа предотвратить несчастный случай: своевременное обучение детей плаванию и элементарная дисциплина. При соблюдении этих условий купание принесет не только радость, но и пользу.

Летом в жару дети готовы часами сидеть в воде, несмотря на то, что взрослым она кажется ледяной. На самом деле это объясняется тем, что обмен веществ у ребенка заметно активнее, и в единицу времени ребенок вырабатывает на единицу массы тела больше тепла, чем его родители. Поэтому главным критерием разрешать или нет ребенку купаться, должны быть не личные ощущения родителей, а желание ребенка. К тому же купание — однозначно полезная процедура, благотворно влияющая на здоровье, стимулирующая иммунитет, укрепляющая мышцы, развивающая легкие, сердце, сосуды.

Что касается ограничений по здоровью, то возможное переохлаждение и попадание воды в нос и уши заметно повышают риск активизации хронических воспалительных процессов в носоглотке и ушах. А вот для болезней бронхов и легких, костей и суставов купание лечебно. В то же время, если у вашего ребенка имеется конкретное заболевание, то будет совсем не лишним посоветоваться с вашим лечащим врачом именно по вопросу купания. Например, при повышении внутричерепного давления купаться можно, а вот нырять нельзя. То же можно сказать и про многие воспалительные процессы в ушах. Но с уверенностью вам скажет любой врач: если у вашего ребенка имеются хронические воспалительные процессы в носоглотке или если он часто болеет ангинами, пресная вода нередко оказывает раздражающее действие на воспаленные ткани, а вот соленая (морская), напротив,— лечебное.

Ни в коем случае не оставляйте без присмотра вблизи открытой воды малолетних детей! Даже на мелководье будьте с ними всегда рядом!

При нахождении на пляже необходимо надевать пляжные тапочки. При нахождении под дождем лучше всего бегать босиком: пляжные тапочки - "вьетнамки" соскакивают с ноги, и сами по себе очень скользкие, могут стать причиной падений и травм, мокрые сандалии натрут ногу, да и вообще - просто приятнее бегать под теплым дождем босиком - по себе помню.

И самое главное:

* не допускайте грубых игр на воде: нельзя подныривать под плывущего человека, «топить» его, подавать ложные сигналы о помощи и т.п.;
* купание детей должно проходить под присмотром взрослых, которые хорошо умеют плавать. Не оставляйте малышей одних возле воды.
* купаться следует только в специально оборудованных местах;
* на природе за городом место для купания нужно выбирать там, где чистая вода, ровное дно, нет сильного течения.

Следите за играми детей даже на мелководье. Не устраивайте в воде игр, связанных с захватами - в пылу азарта вы можете послужить причиной того, что партнер вместо воздуха вдохнет воду и потеряет сознание. Учиться плавать дети могут только под контролем взрослых.

Сейчас в продаже имеется достаточно большое количество надувныхплавсредств. При покупке следует обращать внимание на то, чтобы плавсредство состояло из нескольких независимых надувных частей, – при повреждении одного из них ребенка будет держать на воде неповрежденная часть.

И еще о плавсредствах. В продаже имеются круги - лодочки с пластиковыми "трусиками" или отверстиями для ног. Во-первых, пластиковые "трусики" натирают ребенку кожу между ножек и могут травмировать ее, а вторые, помимо этого, склонны к опрокидыванию. Более того, многие специалисты настаивают на том, что вертикальное положение в круге неестественно для пловца, длительное привыкание препятствует обучению плаванью по всем правилам, в горизонтальном положении.

Правила безопасного поведения на воде:

На пляжах и в местах массового отдыха запрещается:

* купаться в местах, не отведенных для купания в соответствии с Правилами;
* купаться в местах, где выставлены щиты (аншлаги) с предупреждающими и запрещающими знаками и надписями;
* заплывать за буйки, обозначающие отведенный для купания участок акватории водного объекта;
* подплывать к судам и иным плавучим средствам;
* прыгать с не приспособленных для этих целей сооружений в воду;
* распивать спиртные напитки, купаться в состоянии алкогольного опьянения;
* не хватать друг друга за руки и ноги во время игр на воде;
* не умеющим плавать купаться только в специально оборудованных местах глубиной не более 1,2 метра;
* приводить на пляж и купать собак и других животных;
* плавать на досках, бревнах и других, не приспособленных для этого средствах (предметах);
* ловить рыбу на пляжах;
* загрязнять и засорять поверхность и берега водных объектов общего пользования и территорию пляжа;
* играть с мячом и в спортивные игры в не отведенных для этих целей местах, а также допускать на водных объектах неприемлемые действия, связанные с нырянием и захватом купающихся;
* прыгать в лодку и нырять с лодки;
* долго купаться в холодной воде.