

ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОСТИ НА ВОДЕ ДЛЯ ДЕТЕЙ И ИХ РОДИТЕЛЕЙ

«Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья!» Вот и наступило долгожданное лето. И мы, устав от городской суеты, стремимся всей семьёй выехать за город, поближе к водоёму. Но прежде, чем взять с собой ребёнка, необходимо тщательно изучить взрослым и детям правила безопасности на воде. И мы вам в этом поможем.

Что нужно знать родителям

- купаться надо не раньше, чем через полтора часа после еды
- t воды должна быть не ниже +16
- при t воды +17 - +19, и t воздуха + 25 С, находиться в воде не более 10 – 15 мин.
- плавать только в специально оборудованных местах
- не употребляйте спиртные напитки, не оставляйте детей без присмотра у воды

Что надо знать детям

- нельзя заплывать слишком далеко
- нельзя прыгать в воду, где мелко или незнакомое место
- нельзя прыгать в воду с лодок, причалов, мостов
- нельзя купаться при сильных волнах
- нельзя после перегрева на солнце или долгой физической нагрузки прыгать в холодную воду
- надувные матрасы и круги предназначены для плавания только вблизи берега

Будьте всегда рядом и тогда отдых на воде принесёт вам радость. А чтобы ваш отдых прошёл интереснее, играйте с детьми. Вот несколько игр, которые помогут детям лучше адаптироваться в воде.

«Карусели»

Играющие берутся за руки и образуют круг, начиная движение по кругу под слова:

Еле – еле, еле – еле
Завертелись карусели,
А потом, потом, потом
Всё бегом, бегом, бегом...

После того, как дети разгоняются и пробегут 2 – 3 круга, произносятся слова:

Тише – тише, не спешите!
Карусель остановите!
Раз – два! Нам пора,
Вот и кончилась игра.

С этими словами замедляют бег и постепенно останавливаются.

«Морской бой»

Для этой игры нужен бумажный кораблик. Дети стоят в воде, высота воды не выше груди. По команде руками начинают постукивать по воде так, чтобы брызги летели на бумажные кораблики, а вода их относила к берегу. Победитель определяется по количеству брызг, меткости их полёта или чей кораблик быстрее достигнет берега.

«Утята и щука»

Выбирается из игроков ведущий «щука», остальные «утята». У каждого за пояс плавок заткнут платок. Услышав слова: «День! Выходите, утята, плывите на озеро», дети ходят и прыгают в воде, имитируя повадки утят (чистят пёрышки, машут крылышками, ищут рачков, крикают и т.п.). По сигналу «Берегитесь: щука плывёт. Эх, проглочу!» игроки убегают на берег, стараясь, чтобы щука не выхватила у них платок. Если щуке это удаётся, происходит смена водящего.