Правила поведения на водоемах в летний период

Летом на водоемах следует соблюдать,
определенные правила безопасного поведения,
которые необходимо знать родителям.

Вот они:

1. Дети всегда должны быть под присмотром взрослых.
2. В воду ребенок может зайти только с разрешения взрослого и находиться всегда в поле зрения родителя.
3. Объясните ребенку, что ни в коем случае нельзя заплывать за буйки или на определенное расстояние от вас. Особенно это касается кругов и надувных матрасов, которые очень быстро относят человека далеко от берега.
4. Не купайтесь сами и не разрешайте детям купаться в запрещенных водоемах. Помимо инфекции в воде, такое купание может быть опасно теми предметами, которые находятся на дне.
5. Не допускайте игр между детьми, которые могут привести к травмам. Например, прыгать друг у друга с плеч, подныривать и тянуть за ноги, топить друг друга. Шутки могут обернуться трагедией.
6. Не играйте с детьми на причалах, водорезах и набережных, то есть там, где можно упасть в воду. Лучше отойти на пляж или лужайку.
7. Ни в коем случае ребенок не должен подавать ложные сигналы о помощи. Расскажите малышу, что такими действиями он может отвлечь взрослых от действительно опасных ситуациях.

Если Вы хотите отправиться в путешествия, то нужно подготовить ребенка к поездке на водоем. Перед путешествием проведите с ребенком беседу о том, куда вы отправляетесь и как нужно себя вести у воды. Можно заранее разместить на стене вот такой плакат и каждый день понемногу изучать его.

Наглядная информация всегда лучше усваивается. Помимо правил поведения у воды, не забывайте о технике безопасности нахождения на солнце во избежании тепловых ударов: ребенок должны быть всегда в

головном уборе, даже в воде. На пляже детям младшего возраста лучше одевать маечку. Время с 11 утра до 16 дня — запретное для малышей.
Вода – опасная для людей стихия. Даже спокойная водная гладь, несмотря на кажущуюся безопасность, таит в себе угрозы. Причем неприятности обычно случаются не с теми детьми, которые не умеют плавать, поскольку они обычно не заходят в воду глубже, чем по пояс, а с тем, кто мнят себя отличными пловцами. Ребенок дошкольного и младшего школьного возраста всегда должен купаться под присмотром взрослых. Более взрослые дети подросткового возраста, если и идут сами к водоему, то должны плавать только в специально отведенных для этого местах с безопасным проверенным дном, при отсутствии глубоких ям, сильного течения, водоворотов или больших волн. Многие несчастные случаи происходят именно из-за купания в запрещенных местах.
Достаточно взрослые дети уже должны знать не только правила поведения на воде и уметь плавать, но и обладать навыками поведения в критических ситуациях. Они должны понимать, как себя вести, если судорогой свело ногу, уметь определить тонущего человека, оказать первую медицинскую помощь и т.д.

Как избавится от судороги

Уважаемые родители, для Вас мы подготовили советы, как избавиться от судорог. (запомните эту информацию и поделитесь с другими). Если мышцу свела судорога, надо немедленно выйти из воды, или попросить помощи:

- Судорога пройдет, если мышцу которую она свела уколоть чем-то острым, например, булавкой. Именно поэтому при дальних и долгих заплывах рекомендуется прикалывать сбоку плавок небольшую английскую булавку.
- Если вы чувствуете, что устаете и тело начинают хватать слабые кратковременные судороги, перевернитесь на спину, отдохните и плывите какое-то время на спине;
- Если судорога свела пальцы руки, то надо резко сжать пальцы в кулак, а затем резко выбросить руку вперед и в наружную сторону (правую — вправо, левую — влево) при этом разжав резко пальцы;
- Если судорога свела икроножную мышцу, то надо принять согнутое положение, и потянуть двумя руками стопу, сведенной судорогой ноги, на себя к животу и груди;
- Если судорога свела мышцу бедра, то надо обхватить руками лодыжку ноги с наружной стороны (ближе к стопе) и с силой потянуть её назад к спине.

Потренируйтесь делать движения, которые помогут вам избавиться от судороги. Потренируйтесь с детьми и проверьте насколько правильно дети выполняют такие упражнения. Это важные знания, от них может зависеть жизнь. Помните, что самая лучшая защита от судорог, это не плавать долго и далеко от берега и не лезть в холодную воду. Всегда соблюдайте правила безопасности и вы будите надежно защищены!

ПОМНИТЕ!

несчастного случая не произойдет, если строго соблюдать

правила поведения на воде!

Телефон единой службы спасения – 112

Составила: Малышева Е.В.

Источник: https://domodzabsch.edumsko.ru/about/news/1220624