

Консультация для родителей: «Безопасность на воде»

Каждый год много детей купаются в пруду, пока **родители не видят их**, они тонут. Вы можете защитить своих детей от несчастного случая, если будете соблюдать правила **безопасного пребывания в море**.

«Утопление – вторая по количеству причина смертей среди детей, каждый год более 700 детей тонут в воде»

«Дети не кричат о помощи, они тонут быстро»

Смотреть за детьми возле моря не значит периодически поглядывать на него. «Вам нужно быть с ребенком в море, который только учится плавать, и не дальше вытянутой руки, если дети умеют плавать, и следить за ними глазами каждую секунду.

Соблюдайте правила поведения возле моря.

1. Не отрывайте взгляд от детей, когда они в **воде**.
2. Когда катаетесь на лодке, все должны надеть спасательные жилеты.
3. Не позволяйте детям прыгать в воду, это может быть не **безопасно**.
4. Нельзя плавать при плохой погоде.

Важно знать **родителям про безопасность детей на воде**

- Если температура воды меньше +16 °С, то купаться не стоит, от холода могут начаться судороги или может случиться потеря сознания;
- Когда температура воды от +17 до +19 °С а температуре воздуха 25 °С, в **воде** не нужно находиться больше 10-15 минут;
- Всегда проверяйте дно и следите за купающимися детьми. Дети должны купаться у самого берега.

Правила **безопасности детей на воде:**

- Запрещено заплывать за буйки.
- Нельзя подплывать к судам;
- Нельзя прыгать в воду в местах, где мелко
- Нельзя прыгать в воду с лодок.
- Нельзя купаться в шторм и при сильных волнах;
- Надувные матрасы и круги предназначены для плавания только вблизи берега.

Как сделать так, чтобы для ребенка отдых на море был интересным, увлекательным, познавательным, а для вас приятным отдыхом?

Поиграйте со своим ребенком.



Для детей младшего и среднего возраста вы можете предложить такие игровые упражнения:

1. **«Веселые пузыри»**. Делаем вдох, опускаем губы в воду, делаем выдох.
2. **«Подводные прятки»**. По сигналу, ребенок должен опуститься в воду с головой, делает вдох, закрывает глаза.
3. **«Гуляющий крокодил»**. Ребенок становится на передние руки, ноги свободно вытягивает назад, ходит руками по дну.
4. **«Морская звезда»**.
 - а) ребенок лежит на вашей руке в форме звезды;
 - б) ребенок делает вдох, опускает лицо в воду, опирается на руки, ноги разводит в стороны
 - в) ребенок, делает вдох, лицо опускает в воду, свободно ложится на воду руки и ноги разводит в стороны.
5. **«Попробуй догони»**. Можно использовать мяч, или любую игрушку. От которой, ребенок должен убежать.

Для детей старшего возраста вы можете предложить такие игровые упражнения:

1. **«Кто дольше?»** покажите ребенку, сколько счетов вы можете просидеть под водой с задержкой дыхания, ребенок посчитает самостоятельно, а потом он покажет вам, сколько он может просидеть под водой.
2. **«Поплавак»**. Выполнять группировку, всплывать к поверхности воды.
3. **«Звезда»**. Лежание на воде в форме звезды на груди и спине.
4. **«Акробаты»**. Выполнение в воде различных кувырков, переворотов на 180-360гр. в виде стрела, стойка на руках, выпрямлять ноги на поверхности воды.
5. **«Водолазы»**. Поднимать с дна различные предметы, искать спрятанные под водой предметы.
6. **«кто быстрее»**. Посоревнуйтесь со своим ребенком. Устройте соревнования между детьми:
 - а) кто быстрее добежит до указанного места;
 - б) кто быстрее переправит груз на надувной круге до указанного места;
 - в) кто быстрее проплывет: стрелочкой, кролем на груди, на спине.

НЕ ОСТАВЛЯЙТЕ ДЕТЕЙ БЕЗ ПРИСМОТРА!

Отличного вам отдыха!