**Памятка. Что нужно знать родителям про безопасность детей на воде**

* Купаться надо часа через полтора после еды;
* Если температура воды менее +16 °С, то купаться вообще не рекомендуется, так как от холода могут начаться судороги или может произойти потеря сознания;
* При температуре воды от +17 до +19 °С и температуре воздуха около 25 °С, в воде не следует находиться более 10-15 минут;
* Плавать надо только в специально оборудованных для этого безопасных местах. Если вы решили поплавать, находясь в местах дикой природы, то выбирайте место с чистой водой, глубиной до 2-х метров, с ровным гравийным или песчаным дном и где течение воды слабое, то есть не превышает 0,5 м/с (для проверки бросьте в воду щепку или палочку).
* Всегда хорошо проверяйте дно и следите за купающимися детьми. Дети должны купаться у самого берега.
* Никогда не купайтесь в заболоченных местах.
* Если вы находитесь в нетрезвом состоянии, то не пускайте детей в воду, они, оставшись без присмотра, могут попасть в беду.
* Запрещено заплывать за буйки, а если их нет, то слишком далеко от берега;
* Нельзя близко подплывать к судам;
* Нельзя прыгать в воду в местах, где мелко или незнакомое дно;
* Нельзя прыгать в воду с лодок, причалов, мостов и других, не предназначенных для этого мест;
* Нельзя после перегрева на солнце или долгого бега резко прыгать в холодную воду, это может вызвать шок и потерю сознания или остановку сердца. Предварительно надо сполоснуться водой;
* Нельзя купаться в шторм и при сильных волнах;
* Не купайся в водоемах, берег которых обложен большими камнями или бетонными плитами, они покрываются мхом становятся скользкими и по ним опасно и трудно выбираться;
* Надувные матрасы и круги предназначены для плавания только вблизи берега

 **Общие правила безопасности родителям при купании дошкольников**

* Никогда не купайтесь в непогоду.
* Всегда разъясняйте детям правила поведения на воде и не подавайте им дурной пример.
* Никогда не ведите детей купаться в нетрезвом состоянии.
* Наблюдайте за купающимися детьми.
* Контролируйте эмоциональное состояние дошкольника, чтобы заигравшись, он не нахлебался воды.
* Если ваш дошкольник уже хорошо плавает и ныряет, то не позволяйте ему нырять в местах, где глубина меньше, чем 2,5 метра.
* Не разрешайте дошкольникам плавать в одиночку, всегда находитесь на расстоянии до метра от них и подстраховывайте малышей рукой, даже если ребенок плывет с надувным кругом или жилетом.
* При купании старайтесь, чтобы всегда на дежурстве был спасатель или инструктор, но никогда не рассчитывайте только на них, помните, что вы в первую очередь отвечаете за безопасность собственного ребенка на воде.
* Следите, чтобы маршруты плавания маленьких детей не пересекались со старшими, это может привести к травме.
* Не купайтесь с детьми в местах, где это запрещено.
* Не заплывайте за буйки, не прыгайте в воду со скал или в местах с неизвестным дном.
* Старайтесь держать ребенка в поле своего зрения, когда он находится в воде.
* Для детей, которые плохо плавают, применяйте специальные средства безопасности, надувные нарукавники или жилеты.
* Строго контролируйте нахождения ребенка в воде, чтобы избежать переохлаждения. После купания в соленой воде необходимо помыться пресной.
* 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.
* 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.
* Научите азам техники спасения утопающих, если вы не можете сделать это сами, то сходите к инструктору по плаванию.

**Используйте простые понятные правила безопасности, а также стихи, картинки и рассказы, разъясняющие их.**

Например, стихи:

*В воде плескаться будем мы,*

*У берега, где мама нас поставила,*

*Совсем мы не боимся глубины,*

*Мы просто водные все знаем правила!*

*Мы правила купания все соблюдаем на воде,*

*Поэтому мы знаем, что никогда не быть беде.*

*Мы малыши послушные, родителей мы любим,*

*И оттого знаем правила, и никогда их не забудем.*

Совет: как только ребенок достигнет возраста, который позволяет посещать тренировки по плаванию – запишите его. Если вы сами не имеете возможности научить плавать, пусть это сделает профессионал. Уметь держаться «на плаву» и не бояться воды – обязательное умение для человека. Это минимум, который мы должны дать детям.