

«Давайте же плавать, плескаться, купаться, нырять, кувыркаться...»

Все мы любим лето, особенно летний отдых. А какой отдых купания и плавания? И как приятно окунуться в прохладную свежесть моря, реки или озера в жаркий день. Как наши дети любят резвиться на берегу и в ласковой воде! И чтобы впечатления от этого отдыха были незабываемыми, необходимо учесть ряд важных моментов.

«Вода» это не только «источник» веселья и радости, но и разного рода «опасностей». В любом открытом водоёме прежде, чем купаться, проверьте дно и места входа и выхода из воды на предмет стеклянных осколков, различных «железяк», консервных банок, досок с гвоздями и других опасных предметов. Надо определить глубину места купания, узнать про ямы на дне, камни и валуны, про течения и водовороты, а также где бьют холодные ключи. Течения коварны, могут незаметно унести на глубокое место и ребёнок, не чувствуя опоры под ногами, может запаниковать и наглотаться воды, тем более если течение сильное. Родники или подводные холодные течения могут вызвать судороги, что тоже ведёт к испугу и панике у ребёнка.

Купание в волнах весёлое и увлекательное занятие, но и очень опасное. Волна может накрыть с головой и закрутить ребёнка и даже взрослого до полной потери ориентации, здесь даже круги и нарукавники могут не выручить. Также надо помнить, что волна, откатываясь от берега, создаёт мощное течение, которое при достаточно сильном волнении с лёгкостью может унести в открытое море, и при этом с берега могут ничего не заметить из-за волн.

В море мы часто сталкиваемся с медузами, в большинстве случаев они довольно безобидны, но порой встречаются и опасные экземпляры, так что необходимо проверить море на их наличие перед купанием ребёнка. Дети порой «играют» с маленькими медузами, трогая их руками, после этого надо тщательно промыть всё водой, чтобы в последствии не дотронуться до лица и не вызвать ожог.

Для купания детей родители часто используют круги и нарукавники. По опыту, могу сказать, что ребёнок с лёгкостью может выскользнуть из того и другого. Комбинация их повышает надёжность, но плавать и купаться почти не даёт, и всегда есть риск образования прорывов в надувных плавсредствах. Надувной матрас, для неуверенно держащихся на воде детей, очень опасен, помимо того, что он может сдуться в самый неподходящий момент, с него можно соскользнуть, а ветер и течение легко уносит его особенно в беспокойном море. Для большей безопасности лучше приобретать многосекционные надувные жилеты или жилеты и пояса из пенопласта. Но в любой ситуации, НАДО ВСЕГДА СЛЕДИТЬ ЗА РЕБЁНКОМ, а в случае возможной опасности быть рядом с ним. Детям, не умеющим плавать, не стоит купаться в глубоких местах, тем более одному. Возможность резвиться на мелководье даст много больше, чем беспомощное висение в круге на глубине.

В заключении хочется сказать, что соблюдение правил безопасности на воде, внимательность и разумная осторожность помогут провести летние каникулы весело, радостно и незабываемо, оставив в памяти только хорошие впечатления, дадут заряд бодрости, здоровья и энергии на весь год.

Ничто так не закаливает, как плавание!

Ничто так не бодрит, как купание!

Ничто так не смешит, как барахтанье в воде!