

Безопасность детей на водоёмах летом: памятка для родителей

Лето – долгожданная пора купания, поездок на речку или море. Но вода, помимо радости, таит серьёзные угрозы для дошкольников. Ежегодно в России на водоёмах гибнут десятки детей – и в большинстве случаев это происходит на глазах у взрослых. Чтобы отдых приносил только положительные эмоции, важно помнить несколько простых, но жизненно важных правил.

Почему дети в опасности?

Дети 5–6 лет ещё не могут реально оценить глубину, силу течения или собственную усталость. Их эмоции (страх, азарт) берут верх над рассудком. Ребёнок может нырнуть за игрушкой, испугаться и растеряться – одного мгновения достаточно, чтобы вода попала в лёгкие.

Важно знать: тонущий человек чаще всего не кричит и не плещется – он молча борется за воздух. Поэтому надеяться на крик «помогите» нельзя – ребёнка нужно постоянно видеть и контролировать.

Главные правила безопасного купания

✓ Разрешённые места

- Только **оборудованные пляжи** с обследованным дном и дежурством спасателей.
- Вода должна быть чистой, без цветения, неприятного запаха и промышленных стоков.
- Запрещены «дикие» пляжи, обрывы, места с корягами, илистым дном и сильным течением.

✓ Контроль взрослых

- **Никогда** не оставляйте ребёнка одного у воды – даже на «пару секунд».
- Заходите в воду вместе с ребёнком, держите его за руку или находитесь на расстоянии **вытянутой руки**.
- Время купания – утро (9–11 ч) или вечер (16–19 ч), когда солнце не активно.

✗ Чего делать нельзя

- Нырять в незнакомых местах и прыгать с пирсов/камней.
- Использовать надувные круги и матрасы при ветре – их легко уносит, и ребёнок может перевернуться.
- Заходить в воду разгорячённым после солнца – резкий перепад температур вызывает спазм сосудов.

- Допускать игры, где дети хватают друг друга под водой или «топят».

✓ Обязательные меры

- Надевайте на ребёнка **яркий купальник или шапочку** – так его легче заметить.
- Для не умеющих плавать – только **сертифицированные жилеты и надувные надуватели**, строго по весу. Проверяйте их целостность перед каждым использованием.
- Объясните ребёнку, что нельзя заплывать за буйки и нырять без разрешения взрослых.

Если случилась беда – алгоритм действий

аметив, что ребёнок тонет (запрокидывает голову, открывает рот, не двигает руками) – **немедленно** ныряйте, подхватывайте его снизу и гребите к берегу.

осле извлечения:

оложите ребёнка животом на своё колено, чтобы вода вышла из лёгких;

чистите рот и нос;

роверьте пульс и дыхание.

ри отсутствии дыхания – начните **искусственное дыхание «рот в рот» и непрямой массаж сердца**.

дновременно вызывайте скорую помощь по номеру **112** (для всех операторов) или **101** (МЧС).

Каждому родителю рекомендуется освежить навыки первой помощи – это может спасти жизнь вашему ребёнку.

Помните

- **Личный пример** – лучший учитель. Если вы сами нарушаете правила, ребёнок копирует ваше поведение.
- Безопасность дошкольника на воде – это зона **вашей ответственности**. Спасатель – только подспорье.
- Обсудите эти правила со всеми членами семьи, особенно с бабушками и дедушками, которые часто остаются с детьми на даче.

Пусть ваше лето будет радостным, а вода – только добрым другом!

МЧС России – единый телефон спасения: **112** (круглосуточно).

Берегите себя и своих детей!

