Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

детский сад № 15 «Аленка» Хабаровского края,

г. Николаевска-на-Амуре

#  Консультация для родителей:

 «Вода не прощает неосторожности»

#

 Инструктор по физической

 культуре

                                МБДОУ ДС № 15 Аленка»

 Шибанова Марина Петровна

# 2021 г.

 Консультация

 «Вода не прощает неосторожности»

Плавайте в местах, отведённых для купания.

 Во время купания запрещается:

 - подавать крики ложной тревоги;

 -играя, нырять захватывать руки и ноги товарища;

 - толкать топить друг друга;

 - заплывать дальше обозначенных мест.

 Купаться следует в солнечную безветренную погоду при температуре воздуха на 4-6 градусов выше температуры воды. Дети до 9 лет купаются при температуре воды не ниже 21 градуса. Лучше купаться не ранее 1-1,5 часа после еды. Кожа перед купанием должна быть тёплой. Входить в воду нужно осторожно. На неглубоком месте надо остановиться и быстро окунуться. Постепенно увеличивайте время нахождения в воде. Начиная с 5-8 минут. Выйдя из воды, нужно насухо вытереться и надеть сухую одежду.

 Вовремя катания на лодке  запрещается:

 - нагружать лодку сверх установленной нормы;

 - кататься детям до 15 лет без сопровождения взрослых или катать детей, не достигших 7 лет;

 - сидеть на бортиках, переходить в лодке с места на место, а также пересаживаться из лодки в лодку.

 Лодка должна быть в исправности, с комплектом вёсел черпаком для воды и спасательными средствами.

 Могут быть случаи когда ребёнку нужно оказать первую помощь. Но прежде всего нужно объяснить, как вести себя при разных обстоятельствах:

 -Если вода попала в ухо, надо выйти из воды, вытереть полотенцем уши и совершить несколько подскоков на одной ноге (если вода в правом ухе - на правой наоборот), слегка наклонив голову набок.

 -Если поперхнулся водой, надо откашляться, а затем вдохнуть.

 Можно слегка похлопывать ребёнка ладонью

по спине, больше успокаивая, чем помогая ему откашляться.

-При порезе, царапине надо смазать кожу йодом или зелёнкой и наложить стерильную повязку.

-При судороге (свело ногу) надо встать на дно, постараться расслабить сведённую мышцу, потянуть носок на себя. Согнуть ногу в коленном суставе, растереть ногу до исчезновения неприятного ощущения.

-Если ребёнок захлебнулся и скрылся под водой, надо быстро добежать до тонущего ребёнка (учитывая скорость и направление течения), взять его на руки и вынести на берег.

-После очистки рта и дыхательных путей положите ребёнка на спину и, встав на колени сбоку, запрокиньте его голову до отказа. Одной рукой удерживайте голову пострадавшего в запрокинутом положении и зажмите ему нос. Другой рукой поддерживайте рот ребёнка приоткрытым, для этого надавливая на подбородок. Затем делая глубокий вдох. Наклонитесь над пострадавшим и, равномерно вдувая воздух ему в рот, искусственно стимулируйте вдох. Выдох вначале происходит у пострадавшего за счёт спадания грудной клетки. В это время оказывающий помощь совершает очередной вдох.