

Игры и развлечения у воды - хорошее средство закаливания детей.

Но во избежание неприятностей следует помнить следующие

ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ:

- Для купания присмотрите неглубокое место - 60-80 см. с песчаным дном и несильным течением.
- Следите за тем, чтобы дети не стояли долго в воде, не сидели на солнце, не играли в мокрой одежде.
- Нельзя, чтобы дети купались без присмотра, даже если они умеют плавать. Запомните правило "В воде ребенок - рядом взрослый". Очень важно при этом, чтобы присматривающий взрослый не находился под воздействием горячительных напитков.
- Следует категорически запрещать ребенку нырять, если он не умеет плавать.
- Необходимо строго наказывать за игры с криками "Тону!"
- температура воды для купания 18-20 градусов.
- продолжительность купания от 3 до 30 минут, купаться лучше часто, но продолжительность водных процедур ограничивать.
- Выйдя из воды разотрите ребенка.
- Каким бы свободным ни был режим купания, любое движение ребенка по направлению к воде должно быть согласованно с взрослыми.