

## **15 правил для безопасности ребёнка у водоёма**

Когда, повзрослев, вспоминаешь своё детство у бабушки в деревне, то оно кажется таким счастливым и беззаботным. Ловишь с друзьями лягушек и ужей, прыгаешь с тарзанки в речку. А когда став родителем, вспоминаешь своё детство, то охватывает не радость, а ужас. То есть, как это я переплывал речку с сильным течением без присмотра взрослых?! Прыгал в воду, не зная, какое там дно. Ходил с друзьями в ближайший лес, не предупреждая никого из взрослых. Мобильные телефоны не то, что не ловили сигнал в лесу, их вообще тогда не было ни у кого!

Мы в детстве хорошо понимали, что такое «безопасность»? Часто ли, когда мы были маленькими, родители разговаривали с нами о правилах безопасности? Ведь, кроме того, что на красный свет нельзя переходить дорогу, есть ещё миллион разных ситуаций, которые стоит проговорить, особенно перед летом и сезоном отпусков.

Если вы не из тех мам и пап, которые на это отвечают: «Но ведь мы как-то выросли». Если вы хотите максимально быть предупредительным во время отпуска с ребёнком, то вам будет полезна информация, собранная нами про отдых с детьми у воды.

### **Опасные заблуждения родителей**

Как бы мы не обожали воду и все, что с ней связано, стоит признать, что вода очень опасна для ребёнка, особенно открытая вода – реки, озера, море. Собираясь летом в отпуск, где будет водоём, помните, что дети ВСЕГДА должны быть под надзором взрослого. Среди детей в возрасте до 15 лет утопление является второй по распространенности причиной смерти (сразу после дорожных аварий), а из приблизительно 750 детей каждый второй тонет на расстоянии не более 20 метров от своих родителей или других взрослых!

Пожалуй, два самых опасных заблуждения родителей, которые отдыхают с детьми на море или озере, - это «там мелко» и «с моим ребёнком такого не произойдёт, он осторожный/умеет нырять/сориентируется». Избавьтесь от этих заблуждений, чтобы не было беды.

#### ***«Там мелко, ничего случиться не может»***

Безопасной воды, к сожалению, не бывает. В фильме «Рэй» про музыканта Рэй Чарльза есть сцена, где показано, как в детстве погиб его младший брат. Во время игры он встал на стол, где стоял глубокий таз для стирки, оступился и сел в него. Голова оказалась под водой. Руками он не смог оттолкнуться, а ноги не дотягивались до опоры. Рэй не понял, что происходит с братом, сначала кричал ему, прошло секунд 10, потом растерялся и не знал, что делать. Ещё через 10 секунд прибежала мама. Но было уже поздно.

## ***«Большая вода есть, но далеко, он еще маленький, не дойдет»***

Четырехлетних детей находили в 7 километрах от места пропажи, и даже двухлетка может утонуть своими ножками очень далеко. Чаще всего дети, потерявшиеся в лесу, тонут. По статистике это 8 из 10 детей. Поэтому важно повторять ребёнку правило не подходить к воде без взрослого, даже чтобы умыться, промыть рану, и очень хочется пить. Даже если вы не ходите каждый день купаться на озеро или живёте от него очень далеко.

## **Безопасность ребёнка на отдыхе, где есть водоём**

Если вы приехали отдыхать на море или загород, в лес, где есть водоём, помните о простых правилах, которые помогут избежать опасных ситуаций:

1. Никогда не оставляйте ребёнка без присмотра у воды. Даже если он умеет плавать. Никто не застрахован от пореза об камень на дне реки, сильного течения, большой волны, паники или судороги.

2. Научите ребёнка плавать. Это может спасти ему жизнь.

3. Если вы едете отдыхать с ребёнком на море, изучите морских обитателей, которые могут быть опасны. Почитайте, что делать в случае, если ребёнка, например, ужалила медуза, или он наступил на морского ежа.

4. Подумайте о страховке. Не о той «чтобы дали визу», а реальной страховке. Самые дешёвые страховки не покрывают случаи, связанные, например, с купанием в море или океане.

5. Не поленитесь приобрести сим-карту местной сотовой связи. Запишите номера телефонов страховой и скорой помощи в свой телефон.

6. Выполняйте правила безопасности, за которыми следят спасатели: не заплывать за буйки, не плавать в шторм.

7. Не купайтесь на диких пляжах.

8. Перед заходом в воду с ребёнком отследите глубину. Бывает, что пологий пляж резко обрывается или около берега бьют холодные ключи, которые способны затянуть маленького ребенка.

9. Изучите дно. Если оно каменистое и вода не прозрачная, то наденьте ребёнку специальную обувь, чтобы избежать порезов;

10. Надевайте на ребёнка плавательный жилет, плавайте с аквапалками, используйте надувной круг. Но помните, что это не является 100% защитой от несчастного случая. Не отпускайте ребёнка в воду одного даже при полной «экипировке».

11. Расскажите ребёнку, почему нельзя в игре топить человека, хватать его за ноги под водой и создавать другие опасные ситуации.

12. Даже в воде тело ребёнка не защищено от УФ-лучей солнца. Поэтому лучше всего надевать специальный пляжный костюм, защищающий от ультрафиолета, панаму, использовать водостойкие средства и не забывать наносить их после купания.

## О чём ещё стоит помнить каждому родителю

Но стоит подумать и об обратной стороне вопроса. Не запугивайте ребёнка, не ограничивайте изучение мира бесконечными запретами. Если вы хотите обезопасить его от несчастного случая, то правильней всего объяснить ребёнку, чем чревато несоблюдение правил.

Проговаривайте ситуации, объясняйте алгоритм действий, задавая вопросы. Что делать, если потерялся в лесу? Можно ли идти плавать, если рядом нет взрослых. Почему опасно заходить в воду там, где ты никогда не заходил? Что бы ты сделал, если увидел, как кто-то из детей тонет?

Напоминайте о правилах безопасности и ведите разговоры на эту тему периодически, а не единожды. Не «однажды сели поговорить и выяснили», а проговаривайте с самого маленького возраста. Особенно здорово, если вы будете проигрывать ситуации в игре с куклами, лего, машинками. Делайте это регулярно, если живёте рядом с водоёмом, ездите на дачу, где он есть. Потому что один раз сказанное напутствие, которое ребёнок уже подзабыл, будет слабым аргументом против приглашения друга пойти порыбачить самостоятельно.

И самое главное правило. Если с вашим ребёнком случилась какая-то неприятность, но, к счастью, всё обошлось, не ругайте его, не запугивайте. Вы можете поделиться своими переживаниями, описав свои чувства, но проявлять реакцию (ругать, кричать, трясти, наказывать) не стоит. В другой раз ребёнок, боясь вашей реакции, не расскажет о случившемся, и совершит ошибку, из-за которой могут быть ужасные последствия. Стройте с ребёнком доверительные отношения.