

Как провести отпуск у воды с малышами?

Если и существуют дети, равнодушные к воде и песку, то их очень немного. Лучшего время препровождения в жару, чем у водоема, сложно придумать. Поэтому многие родители, захватив с собой игрушки, питьевую воду, фрукты и подстилку, отправляются в знойный день с детьми на пляж.

Дети обожают воду, а потому, чтобы как-то отвлечь их от купания и избежать переохлаждения, родителям понадобится немного фантазии, чтобы придумать увлекательные игры в песке у кромки воды.

Для начала из песка можно выстроить замок, используя в качестве стройматериалов все, что окажется под рукой – ракушки, палочки от мороженого, формочки для песка, камешки, веточки. Фундаментом может быть ведро песка, а к нему уже можно крепить башенки и другие надстройки. Соорудив замок, можно предложить ребенку проложить к нему дорогу или построить еще несколько флигелей.

Из влажного песка можно также выкладывать фигуры различных животных, например, черепашки – для этого надо сделать большой овальный холм, к нему добавить маленький холмик сверху (голова), и по два холмика по бокам (лапки), а панцирь можно выложить осколками ракушек или металлическими пробками от бутылок. Можно поиграть в игру – ребенок, таким образом, сооружает фигуры различных зверушек, а взрослые угадывают, кого именно изобразил маленький скульптор.

Можно поиграть в кладоискателя – для этого взрослый неглубоко закапывает в песок какой-нибудь не тяжелый предмет (большую ракушку, игрушку или даже горсть мелких монет), а ребенок, вооружившись лопаткой, отправляется на поиски клада. Далее можно поменяться ролями.

Девочки с удовольствием поиграют в песочную кухню, для этого надо будет захватить на пляж пластиковую посудку и формочки для песка или печенья. Из камешков, ракушек и водорослей получится супчик, а из мокрого песка – печенье.

Предложите ребенку порисовать на песке, опять-таки используя для этого дары пляжа, а также отпечатки ладошек, обуви, любых других предметов. Неудавшиеся картины легко смыть водой из ведерка.

Главное, ни в коем случае не забывать о соблюдении правил безопасности. «Не оставляйте детей без присмотра у воды» - самое важное из правил. Необходимо избегать перегрева и переохлаждения. Перегрев возможен при длительном пребывании на открытом солнце без головного убора, а также без достаточного количества питья. Старайтесь располагаться вблизи деревьев или навесов от солнца. У детей отсутствует подкожная жировая прослойка, не дающая организму быстро переохладиться, а потому, находясь долгое время в мокром купальнике или плавках, они легко могут получить воспаление легких. Поэтому играть на песке лучше голышом или в запасной сухой одежде.

Меры безопасности детей у воды

Знали ли вы, что ребёнку требуется только четыре сантиметра (да, сантиметра) и три минуты, чтобы утонуть?

Это пугающе маленькое количество воды, и ещё более страшные несколько минут. Однако есть множество профилактических мер, которые вы можете применить, чтобы уберечь вашего ребёнка от несчастных случаев, собираетесь ли вы посетить бассейн или более крупные водоёмы, например, пруд, озеро, море.

Обучите вашего ребёнка плавательным навыкам, а также мерам безопасности на воде

Одна из первых вещей, которым обычно обучают – учат плавать и держаться на воде. Даже младенцы способны изучить некоторые очень простые меры безопасности на воде, как поддержка лица над водой таким образом, чтобы можно было дышать. Однако только то, что ваши дети имеют такой навык, не означает, что вы можете оставлять их одних около воды. Детей нельзя когда-либо оставлять без присмотра в или около воды!

Купание на пляже

Купание на пляже имеет целый набор проблем. Научите ребёнка никогда не плавать в море или озере в одиночестве. С ними рядом всегда должны быть родители или более взрослый ребёнок, которые выполняли бы роль спасателей. Детям никогда не следует плавать около пирса или свай, потому что волны или течение могут внезапно столкнуть ребёнка с ними, создав ещё более опасные ситуации.

Всегда надевайте спасательные жилеты!

Плавая в море или озере, детям, даже если они хорошие пловцы, всегда следует надевать спасательные жилеты. Жилет должен как следует подходить ребёнку. Покупка жилета у сертифицированного поставщика гарантирует, что он безопасен. Удостоверьтесь, что жилет сидит хорошо. Имеются даже спасательные жилеты, оснащённые ремнём, который располагается между ног и предотвращает возможность того, что ребёнок выпадет из жилета снизу. Различные модели воротничков могут также помочь держать голову ребёнка над водой.

Нет никаких препятствий тому, что вы и ваши дети будете проводить время в бассейне или на пляже. Просто вам стоит принять некоторые меры предосторожности, чтобы гарантировать, что радостные деньки останутся радостью, а не станут ужасной трагедией.