

КУПАНИЕ

❁ Морской климат полезен большинству детей. Но близость моря может приводить к нарушению сна и чрезмерному возбуждению ребенка.

❁ При хорошей переносимости и положительной эмоциональной реакции купаться можно несколько раз в день, но время пребывания в воде должно быть коротким, чтобы не допускать переохлаждения.

❁ Если ребенок боится воды, не нужно заставлять его заходить в море. Играйте с ним на берегу. Постепенно страх исчезнет.

❁ Соленая вода может вызвать раздражение кожи, поэтому после купания необходимо ополаскивать малыша под душем.

❁ В жарких странах избегайте купания в пресноводных водоемах и реках, там могут быть хищные рыбы, змеи, опасные насекомые, паразиты и микробы.

❁ Дети не должны находиться в воде без взрослых. Постоянно наблюдайте за ребенком, когда он находится в воде. Даже на маленькой глубине ребенок может захлебнуться.

