



## Правила посещения бассейна

### в детском саду

Занятия в бассейне оказывают укрепляющее действие на растущий детский организм, способствуют росту костной ткани. Усиливается работа легких, что препятствует размножению вредных бактерий в дыхательных путях. Детское плавание – своеобразный массаж для всего тела. И, конечно, самое главное – это радость ребенка от общения с водой: занятия в бассейне детского сада сопровождаются всегда детским смехом, брызгами, фейерверком положительных эмоций.

### КТО МОЖЕТ ПОСЕЩАТЬ ЗАНЯТИЯ В БАССЕЙНЕ?

Занятия в бассейне посещают дети младших, старших и подготовительных групп (4-7 лет), не имеющие медицинские противопоказания.

### Противопоказаниями для посещения могут стать:

- наличие у ребенка открытых ран или кожных заболеваний;
- заболевания глаз и лор-органов;
- инфекционные заболевания;
- ревматические поражения сердца в стадии обострения;
- длинные ногти;
- педикулез;
- медицинский отвод, вследствие какого-либо перенесенного заболевания.

**Перед каждым занятием детей осматривает медицинский работник.**

### ЧТО НУЖНО ДЛЯ ПОСЕЩЕНИЯ БАССЕЙНА В ДЕТСКОМ САДУ?

Если у вас и вашего участкового педиатра нет возражений к тому, чтобы ребенок осваивал азы плавания в детсадовском бассейне, то к занятиям по плаванию нужно будет подготовиться и приобрести купальные принадлежности, а именно:

- длинный (ниже колен) махровый халат с капюшоном;
- трусики с вышитой маркировкой (например, Иванов И. 1 группа);
- резиновая обувь с фиксированной пяткой;
- махровое полотенце средних размеров;
- мочалка;
- резиновая шапочка.



Обращаем ваше внимание на то, что мочалки, резиновые шапочки и плавательные трусики сдаются инструктору по плаванию в первый день посещения бассейна. Эти принадлежности хранятся в деском саду и проходят обработку, после каждого занятия плаванием.

Халат и полотенце дети уносят с собой, далее эти принадлежности хранятся в группе в специально отведенном для этого месте, либо забираются домой до следующего занятия.

## ОСНОВНЫЕ ПРАВИЛА ПОСЕЩЕНИЯ БАСЕЙНА В ДЕТСКОМ САДУ

Как в любом бассейне, здесь также действуют свои правила посещения. Единственное только отличие заключается в том, что правила должны выполняться с особой щепетильностью, ведь речь идет о здоровье детей.

В каждом дошкольном учреждении может быть разработан свой свод правил, который лишь немного дополняет общие рекомендации:

- Перед заходом воду необходимо принять душ с мылом.
- В бассейне запрещается громко кричать и шуметь.
- Дети должны четко выполнять все инструкции педагога.



В том случае, если ребенок неважно себя чувствует, то ему настоятельно не рекомендуется посещать занятия в бассейне.

Занятия в бассейне не проводят на полный желудок.

## ЗАНЯТИЯ ПЛАВАНИЕМ В ДЕТСКОМ САДУ

- Занятия плаванием в детском саду проводит инструктор по физической культуре.
- На занятия по плаванию детей приводит и забирает воспитатель группы.
- Помощник воспитателя помогает переодевать и мыть детей.
- Продолжительность занятия в бассейне четко регламентируется санитарными правилами и зависит от возраста ребенка: в старшей группе – 25-30 минут, в подготовительной группе – 25-30 минут.
- Начинаются занятия с минимального отрезка времени и по мере прохождения программы увеличиваются.
- Занятия в бассейне проводятся в подгруппах. Число детей не должно превышать 12 человек. Это обусловлено техникой безопасности, площадью глади воды в чаше бассейна. Группа чаще всего делится по гендерному составу (мальчики и девочки). Если же этого сделать не возможно, то по физической подготовке и индивидуальным особенностям детей.
- Детки, которые по каким-либо причинам не занимаются плаванием в детском саду, могут в это время играть в группе с воспитателем.
- Перед началом «плавательного сезона» с детьми проводятся беседы, в которых дошколят знакомят с правилами посещения бассейна.

### Структура НОД

- **Подготовительная часть** проводится на суше или в воде и представляет собой физкультминутку.
- **Основная часть** проводится в воде, где дети выполняют различные упражнения, играют в водные игры.
- **Заключительная часть**, как правило, самая любимая детьми – свободное плавание.

Занятия по хорошей детсадовской традиции проводятся в игровой форме, используется различный водный инвентарь: надувные круги, игрушки, плавательные доски, веревки и т.д. Количество игрушек должно соответствовать количеству детей в одной учебной группе.

Задачей минимум является ознакомление детей с водой, привыкание к ней, задача максимум – овладение основными видами плавания.

