

## **СОГЛАСОВАНО**

заместитель начальника ТО  
Роспотребнадзора в Альметьевском,  
Заинском, Лениногорском районах РТ  
\_\_\_\_\_ И.Р.Мухаметшин

## **УТВЕРЖДАЮ**

заведующий МБДОУ «Детский сад  
комбинированного вида  
№18г.Лениногорска» МО «ЛМР» РТ  
\_\_\_\_\_ Р.З.Арсланова  
приказ от 25.05.2016г. № 54

### **Правила посещения бассейна**

**в Муниципальном бюджетном дошкольном образовательном учреждении «Детский сад  
комбинированного вида № 18 г.Лениногорска» муниципального образования  
«Лениногорский муниципальный район»  
Республики Татарстан**

#### **КТО МОЖЕТ ПОСЕЩАТЬ ЗАНЯТИЯ В БАССЕЙНЕ:**

Для допуска к занятиям плаванием в детском саду требуется:

- запись врача-педиатра в истории развития ребенка Ф-26  
об отсутствии противопоказаний к посещению занятий в бассейне

Противопоказаниями для посещения могут стать:

- наличие у ребенка открытых ран или кожных заболеваний;
- заболевания глаз и ЛОР – органов;
- инфекционные заболевания.

#### **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 бассейне детского сада, то к занятиям по плаванию нужно будет подготовиться и приобрести купальные принадлежности, а именно:

- длинный махровый халат с капюшоном,
- плавки для мальчиков и слитный купальник для девочек,
- резиновая обувь,
- большое банное полотенце,
- мочалка,
- мыло в мыльнице,
- резиновая шапочка,
- очки для плавания (на усмотрение родителей).

Все купальные принадлежности приносят в день занятий дети с собой в детский сад. После занятия мочалку и мыло кладут в отдельный пакет, и относят обратно домой – чтобы постирать и просушить перед следующим заплывом.

#### **ОСНОВНЫЕ ПРАВИЛА ПОСЕЩЕНИЯ БАССЕЙНА В ДЕТСКОМ САДУ:**

1. Перед заходом в воду необходимо принять душ с мылом;
2. В бассейне запрещается громко кричать и шуметь;
3. Дети должны четко выполнять все инструкции педагога;
4. В том случае, если ребенок неважно себя чувствует, то ему настоятельно не рекомендуется посещать занятия в бассейне;
5. Занятия в бассейне не проводят на полный желудок;
6. Между занятием в бассейне и прогулкой на улице должно пройти, как минимум, 50 минут.

## **ЗАНЯТИЯ ПЛАВАНИЕМ В ДЕТСКОМ САДУ:**

**Занятия плаванием** в детском саду проводит инструктор по физической культуре (плаванию). Инструктор по физической культуре (плаванию) проводит предварительные беседы с детьми по технике безопасности, помогает детям при раздевании и принятии душа, высушивании волос после занятий, проверяет совместно с медсестрой бассейна соответствие условий в бассейне санитарным нормам.

**Занятия плаванием начинаются** со 2 младшей группы. В начале учебного года температура воды достигает 30 градусов, по мере обучения детей температура воды понижается – до 28 градусов.

Занятия плаванием проводятся в утренний отрезок времени.

**Продолжительность занятия в бассейне** четко регламентируется санитарными правилами и зависит от возраста детей:

- в младшей группе – 15 минут,
- в средней группе – 20 минут,
- в старшей группе – 25 минут,
- в подготовительной группе – 30 минут.

Занятия в бассейне проводятся в подгруппах. Число детей не превышает 7- 10 человек. Группа подбирается по возрасту и физической подготовленности.

**Занятия состоят из трех частей:**

1. Вводная часть проводится на суше и представляет собой физкультминутку.
2. Основная часть проводится в воде, где дети выполняют различные упражнения, играют в водные игры.
3. Заключительная часть – упражнения на восстановление дыхания.

Занятия проводятся в игровой форме, используется различный водный инвентарь.

Цель занятий: оздоровление и закаливание детей.

Задачи занятий:

младшая группа- не бояться воды, самостоятельно в нее заходить;

средней группа - самостоятельно держаться на воде;

старший дошкольный возраст - развивать координацию движений рук и ног, ознакомление с видами плавания.

**Занятия в бассейне способствуют профилактике опорно-двигательного аппарата, оказывают общеукрепляющее и закаливающее действие на организм, положительно воздействует на психоэмоциональное состояние ребенка.**