

## Консультация для родителей

### Правила посещения бассейна в МДОУ «Детский сад №35 «Улыбка» г. Георгиевска»

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



Занятия в бассейне проводятся 1 раз в неделю. Продолжительность занятий регламентируется санитарными нормами и зависит от возраста детей:

2 младшая группа – 10-15 мин.;

средняя группа – 15-20 мин.;

старшая группа – 20-25 мин.;

подготовительная к школе группа – 25-30 мин.

Прогулку детей после занятия в бассейне организуют не менее чем через 50 мин.

Опоздавшие дети до занятия не допускаются.

#### ***Кто может посещать бассейн?***

Для допуска к занятиям в бассейне в детском саду требуется:

- справка от врача-педиатра;
- результаты паразитологического обследования на энтеробиоз и простейшие (в дальнейшем не менее 1 раза в три месяца).

#### ***Что нужно для посещения бассейна в детском саду:***

- теплый длинный халат с капюшоном и рукавами;
- резиновая обувь, кроме сланцев (обувь должна быть удобная, чтобы ребенок смог самостоятельно обуваться, и соответствующая размеру ноги ребенка);
- плавки для мальчиков и купальник (сплошной) для девочек (для младших групп – плавки и для мальчиков, и для девочек), купальные принадлежности должны быть обязательно по размеру ребенка;
- банное полотенце (среднее);
- мыло детское (кусковое);
- губку или мочалку (чтобы помещалась в ладошке ребенка, и ему было удобно ею мыться);
- резиновая (силиконовая) шапочка;
- непромокаемый пакет для купальных принадлежностей, шапочки, губки, халата.

Все плавательные принадлежности приносят в день занятий с собой в детский сад, они должны быть сухими и чистыми перед каждым занятием. После занятия относят обратно домой – чтобы постирать и просушить перед следующим занятием.

Собирайте вещи в бассейн вместе с ребенком каждый раз, чтобы он хорошо их знал. Так же можно промаркировать вещи на случай, если ребенок забудет какие его вещи.

#### ***До занятий в бассейн не допускаются дети:***

- после перенесенного острого заболевания на период медицинского отвода;
- во время карантина в группе на весь период карантинных заболеваний (во время карантина к занятиям не допускается вся группа);
- не имеющие паразитологического обследования;

- имеющие кожные, простудные заболевания, заболевания инфекционной природы, которые могут передаваться через воду;

- при отсутствии принадлежностей необходимых для посещения бассейна.

### ***Противопоказания для посещения бассейна:***

- поврежденная, мацерированная кожа, незажившие раны (наличие у ребенка открытых ран);

- инфекционные кожные болезни, сыпи, контактный дерматит, экзема, псориаз;

- заболевания глаз и ЛОР-органов;

- недержание мочи или кала, диарея;

- инфекционные заболевания дыхательных путей (простуда, грипп, туберкулез);

- частые воспалительные заболевания наружного уха;

- кишечные инфекции, гепатит, носительство возбудителей инфекционных заболеваний;

- язвенная болезнь желудка или 12-перстной кишки;

- ревматическое поражение сердца в стадии обострения;

- декомпенсированное сердечно-сосудистое или легочное неинфекционное заболевание;

- иммунодефицит;

- эпилепсия;

- инсулинозависимый диабет;

- активное воспаление суставов (ревматоидный артрит);

- судорожные состояния;

- прием мочегонных средств;

- посещение гемодиализа, прохождение химиотерапии;

- страх воды.

### ***Основные правила посещения бассейна в детском саду.***

Как и в любом бассейне, здесь также действуют свои правила посещения. Единственное отличие заключается в том, что правила выполняются с особой щепетильностью. Ведь речь идет о здоровье детей.

- в день организации занятия детей осматривает воспитатель и инструктор по физической культуре;

- в день посещения бассейна родителям необходимо снимать шейные украшения (цепочки и крестики);

- начиная с входа в раздевалку, быть внимательным и слушать указания инструктора;

- перед заходом в воду дети обязательно принимают душ с мылом;

- в бассейне запрещается громко кричать и шуметь;

- категорически запрещается бегать в помещении раздевалки, душевой и бассейна;

- в бассейне запрещается прыгать с бортика;

- дети должны четко выполнять все инструкции педагога;

- в том случае, если ребенок неважно себя чувствует, то ему настоятельно не рекомендуется посещать занятие;

- занятия в бассейне не проводятся на полный желудок.

Родителям необходимо ознакомиться с правилами поведения детей в помещениях бассейна. Во избежание травм, объяснять ребенку, что нельзя бегать в помещениях бассейна (пол мокрый и можно поскользнуться), слушать инструктора и без разрешения не входить в воду, не баловаться и не кричать.

**Подготовила: Мещанинова Светлана Сергеевна,  
инструктор по ФК первой квалификационной категории**