***ОСНОВНЫЕ ПРАВИЛА ПОСЕЩЕНИЯ БАССЕЙНА***

***В ДЕТСКОМ САДУ.***

Как в любом бассейне, здесь также действуют свои правила посещения.

* Перед заходом воду необходимо принять душ.
* В бассейне запрещается громко кричать и шуметь.
* Дети должны четко выполнять все инструкции педагога.
* Вход и выход осуществлять только с разрешения тренера.
* Все передвижения в чаше бассейна выполнять только шагом.
* Нельзя толкаться, топить друг друга.
* Пользоваться инвентарём только с разрешения тренера.

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

В младшей группе – 15-20 минут,

В средней группе – 20-25 минут,

В старшей группе – 25-30 минут,

В подготовительной группе – 25-30 минут.

***ЗАНЯТИЯ ПЛАВАНИЕМ В ДЕТСКОМ САДУ***

Занятия плаванием в детском саду проводит инструктор по физической культуре. Инструктор не только проводит предварительные беседы с детьми, но и помогает детям при раздевании и принятии душа, высушивании волос после занятия.

Занятия плаванием начинаются, как правило, с первых дней посещения ребенка детского садом. Как правило проводятся с утра. Это связано с тем, что после посещения бассейна при выходе на свежий воздух увеличивается вероятность заболеваний и переохлаждения, даже если волосы сухие.

Занятия в бассейне проводятся в подгруппах.

Детки, которые по каким-либо причинам не занимаются плаванием в детском саду, в это время играют в группе с воспитателем.

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

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

Так, малышей из младшей группы учат в первую очередь не бояться воды, самостоятельно в нее заходить.

Ребята из средней группы могут уже самостоятельно держаться на воде какое-то время и скользить по ней.

В старшей группе дети осваивают азы «простого плавания»: координации движения рук и ног, правильному выдоху в воду.

Кульминацией обучения становятся занятия в подготовительной группе, когда будущие дошколята могут показать высший класс – плавание спортивным стилем.

Изображение выглядит как спорт, плавание, плавательный бассейн, Центр отдыха

Автоматически созданное описаниеИзображение выглядит как спорт, плавательный бассейн, плавание, Центр отдыха

Автоматически созданное описание