

Правила поведения в бассейне

Обучение плаванию детей дошкольного возраста предполагает строгое соблюдение детьми правил поведения в бассейне. Перед началом занятий по обучению плаванию вспоминаем основные правила, обсуждаем возможные последствия несоблюдения этих правил. Важно и родителям поговорить со своим ребенком о необходимости строго придерживаться правил поведения в бассейне.

Необходимо:

1. В помещение бассейна входить организованно, занять индивидуальное место для раздевания, приготовить все необходимое.
2. Раздеться и надеть шапочку для плавания.
3. Принять душ, пользуясь личной мочалкой (губкой).
4. Спокойно пройти в помещение бассейна по резиновой дорожке.
5. Внимательно слушать и выполнять все команды инструктора по плаванию.
6. Спускаться в бассейн по лестнице по одному.
7. Спортивный инвентарь для плавания использовать по назначению.
8. При возникновении затруднений по выполнению упражнения обратиться к инструктору по плаванию.
9. Выходить из бассейна организованно по одному с разрешения инструктора по плаванию.
10. После занятия ополоснуться под душем, выжать плавки (купальник) и только после этого зайти в раздевалку.

Запрещается:

1. Бегать в помещениях бассейна.
2. Прыгать с бортика в воду.
3. Кричать, толкаться, мешать другим.
4. Удерживать другого человека под водой.
5. Заходить и выходить из чаши без разрешения.
6. Приносить посторонние предметы.

Разрешается:

1. Приходить в бассейн в отличном настроении.
2. Получать заряд бодрости и энергии.
3. Закаляться и оздоравливаться.
4. Правильно выполнять все упражнения, демонстрируя свои силы и храбрость.
5. Учиться плавать и нырять.
6. Весело и дружно играть со своими друзьями.