

УВАЖАЕМЫЕ РОДИТЕЛИ (законные представители)!



Для допуска к занятиям плаванием требуются:

- 1. Результат анализа на энтеробиоз**
- 2. Справка от врача-педиатра об отсутствии противопоказаний к занятиям плаванием**

Противопоказаниями для посещения могут стать:

- наличие у ребенка открытых ран или кожных заболеваний;
- заболевания глаз и ЛОР-органов,
- инфекционные заболевания,
- туберкулез легких в активной форме,
- ревматические поражения сердца в стадии обострения,
- язвенная болезнь желудка или 12-перстной кишки.

ДЛЯ ПОСЕЩЕНИЯ БАСЕЙНА НУЖНО:

- 1) купальник** (девочки) сплошной без лишних завязок, бантиков, юбочек, **плавки** (мальчики) для плавания с веревкой;
- 2) шапочка для плавания:**
девочки – силиконовая, обязательно по размеру с учетом кос;
мальчики – можно матерчатую
- 3) сланцы** по размеру без застежек;
- 4) мыльные принадлежности:**
губка небольшого размера, гель для душа;
- 5) полотенца:**
для тела – не больше 50х70 см;
для ног – не больше 30х30 см

Все сложено в удобный **рюкзак!**

Ребенок должен знать свои вещи и уметь их собирать!

ПРОДОЛЖИТЕЛЬНОСТЬ ЗАНЯТИЯ – ОТ 15 ДО 30 МИНУТ

(в зависимости от возраста и уровня подготовки)

ОСНОВНЫЕ ПРАВИЛА ПОСЕЩЕНИЯ БАСЕЙНА:

1. Перед входом в воду необходимо принять душ с мылом (приучайте ребенка делать это самостоятельно).
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. На занятия в бассейне не приходят на полный желудок.