

## **Drodzy rodzice, opiekunowie!**

W dniu 16.10.2020 r. zostały wydane przepisy (Rozporządzenie Rady Ministrów z dnia 16 października 2020 r. zmieniające rozporządzenie w sprawie ustanowienia określonych ograniczeń, nakazów i zakazów w związku z wystąpieniem stanu epidemii) dotyczące m.in. zajęć sportowych na pływalni w trakcie trwania epidemii, zezwalające na ich kontynuację.

Drodzy rodzice, od dnia dzisiejszego mając na uwadze bezpieczeństwo oraz zapisy powyższego rozporządzenia, nasze zajęcia będą realizowane zgodnie z poniższymi wytycznymi. Bardzo proszę podejść do nich rzetelnie, dzięki czemu wspólnie zadamy o bezpieczeństwo nasze i innych ☺

### **WYTYCZNE DOT. NAUKI I DOSKONALENIA PŁYWANIA**

#### **W SP 5 W PYSKOWIACACH PODCZAS EPIDEMII**

1. Rodzice / opiekunowie dzieci biorących udział w naszych zajęciach nie wchodzi do szkoły, gdy dziecko jest już samodzielne. Jeżeli zachodzi konieczność wejścia do szkoły to należy zachować szczególne środki ostrożności oraz zalecenia reżimu sanitarnego opisane w punkcie 2 i 3. Rodzice / opiekunowie po przygotowaniu dzieci do zajęć opuszczają szkołę i mogą wejść do niej ponownie najwcześniej po zakończonej lekcji swoich dzieci, udając się bezpośrednio do szatni.
2. Po wejściu oraz przy wyjściu ze szkoły obowiązkowo dezynfekujemy ręce.
3. Na terenie szkoły wszystkich obowiązuje zakrycie nosa i ust oraz dystans społeczny. Dzieci mogą odkryć nos i usta dopiero wychodząc z szatni do strefy natrysków i na plażę basenową. Po lekcji dzieci wchodząc ze strefy natrysków do szatni ponownie zakrywają nos i usta.

4. W związku z koniecznością ograniczenia kontaktu między wchodzącymi i wychodzącymi uczestnikami zajęć wprowadziliśmy następujący schemat postępowania:

- **Dzieci z godziny 16:20 – 17:05** wchodzą do szkoły od godziny 16:10, przygotowują się do lekcji i czekają na rozpoczęcie na plaży basenowej. O godzinie 16:20 rozpoczynamy zajęcia krótką rozgrzewką, następnie dzieci udają się pod prysznic i rozpoczynamy część główną lekcji w wodzie. Po zakończonej lekcji o 17:05 dzieci idą pod prysznic oraz opuszczają strefę natrysków udając się do szatni. Po tym czasie dzieci mają zakaz powrotu do strefy natrysków oraz na plażę basenową.
- **Dzieci z godziny 17:10 – 17:55** wchodzą do szkoły od godziny 16:50, przygotowują się do lekcji, wchodzą na plażę basenową najpóźniej do godziny 17:05 i czekają na lekcję w wyznaczonym przez instruktorów miejscu, nie zbliżając się do dzieci z poprzedniej grupy. O godzinie 17:10 rozpoczynamy zajęcia krótką rozgrzewką, po której dzieci udają się pod prysznic, nie wchodząc z powrotem do szatni. Następnie rozpoczynamy część główną lekcji w wodzie. Po zakończonej lekcji o 17:55 dzieci idą pod prysznic oraz opuszczają strefę natrysków udając się do szatni. Po tym czasie dzieci mają zakaz powrotu do strefy natrysków oraz na plażę basenową.
- **Dzieci z godziny 18:00 – 18:45** wchodzą do szkoły od godziny 17:40, przygotowują się do lekcji, wchodzą na plażę basenową najpóźniej do godziny 17:55 i czekają na lekcję w wyznaczonym przez instruktorów miejscu, nie zbliżając się do dzieci z poprzedniej grupy. O godzinie 18:00 rozpoczynamy zajęcia krótką rozgrzewką, po której dzieci udają się pod prysznic, nie wchodząc z powrotem do szatni. Następnie rozpoczynamy część główną lekcji w wodzie. Po zakończonej lekcji o 18:45 dzieci idą pod prysznic oraz opuszczają strefę natrysków udając się do szatni. Po tym czasie dzieci mają zakaz powrotu do strefy natrysków oraz na plażę basenową.
- **Dzieci z godziny 18:50 – 19:35** wchodzą do szkoły od godziny 18:30, przygotowują się do lekcji i wchodzą na plażę basenową najpóźniej do godziny 18:45, czekają na lekcję w wyznaczonym przez instruktorów miejscu, nie zbliżając się do dzieci z poprzedniej grupy. O godzinie 18:50 rozpoczynamy zajęcia krótką rozgrzewką, po której dzieci udają się pod prysznic, nie

wchodząc z powrotem do szatni. Następnie rozpoczynamy część główną lekcji w wodzie. Po zakończonej lekcji o 19:35 dzieci idą pod prysznic oraz opuszczają strefę natrysków udając się do szatni.

**Niezmiernie istotne jest, aby na zajęcia dzieci przychodziły w wyznaczonych godzinach, bez spóźnień, które zakłócały przebieg zajęć!**

Jestem pewny, że wspólnie uda nam się wprowadzić powyższe zasady w życie, a dzieci szybko nauczą się nowego sposobu przygotowania do zajęć.

Cieszę się, że mamy szansę na kontynuację nauki ☺

Grzegorz Śliwakowski