

# **“ROSNIČKA”**

## **plavání kojenců a batolat**

**školní výukový bazén při ZŠ Štefánikova 566/26, HK 500 11**

Společně formou her a říkanek jsme pro Vás a Vaše děťátko připravili nenásilné seznámení s vodním prostředím a s jeho fyzikálními zákony. Cílem lekcí “plavání” je naučit pracovat dítě s reflexním zatajením dechu, s výdechy do vody, umět se ve vodě orientovat, potápět a udržet se na hladině v poloze znak. Starší děti se postupně nenásilnou formou připravují na výuku plaveckých pohybů. Zkušenosti jsou takové, že děti “plavající” jsou zdravější a pohybově zdatnější. Díky pravidelné docházce do cyklu organizovaného plavání, v přítomnosti alespoň jednoho z rodičů, si lépe zvykají na pobyt v kolektivu. Maminky si zpestří období mateřské dovolené a přispějí k utvrzení zdraví svého děťátka a ke zlepšení jeho psychomotorického vývoje.

**Ved. instr.:**            **Simona Kuličková**                                 **tel.: 736 248 666**

**Instruktoři:**         **Martina Heroldová 725 875 712**  
                                 **Petra Mrkosová**

**[e-mail: simona.kulickova@zeva.cz](mailto:simona.kulickova@zeva.cz)**

**Zařazení do lekcí plavání – viz závazná dohoda, e-mail nebo SMS (zašle plavecké středisko Zéva)**

**Termíny lekcí I cyklu 2024/25:**

**Úterý:** 10/9, 17/9, 24/9, 1/10, 8/10, 15/10, 22/10, 5/11, 12/11, 19/11

**Čtvrtek:** 12/9, 19/9, 26/9, 3/10, 10/10, 17/10, 24/10, 7/11, 14/11, 21/11

zařazení dětí do skupin dle věku a dovedností v půlhodinových intervalech od 7:30<sup>00</sup> do 11<sup>00</sup>.

*Počet lekcí v cyklu:* 10 lekcí

*Nástup do šaten:* 15 - 20 min před zahájením lekce

*Vybavení rodičů a dětí:* vlastní plavky (u dítěte s pevnou gumičkou v nohavičkách - možno zakoupit v PS), velké osušky (župan), plenu nebo ručník na položení dítěte, tělový šampon, krém na ošetření pleti po plavání.

**Ceník :**                    jednotlivá lekce:                    **400 Kč**  
                                  plavecký kurz:                    **3 500 Kč**

### **Podmínky pro absolvování lekcí plavání**

- uhrazení výuky plavání v hotovosti, převodem - **č. účtu: 2601239147/2010**  
(Variabilní a Specifický symbol přidělí PS Zéva, z.s.)
- vyplnění závazné dohody
- způsobilost zdravotního stavu

**UPOZORNĚNÍ: PS Zéva finanční prostředky za absenci v lekcích plavání nevrací.**  
Náhradní lekce za absenci lze vybírat.

### **Zdravotní zásady a hygiena**

Podmínkou pro přijetí do cyklu plavání je seznámit Vašeho dětského lékaře se záměrem navštěvovat lekce plavání. Do kolektivu nesmíte vodit děti nemocné. I Vy sami musíte být zcela zdraví. Plavat mohou děti, které netrpí závažnými poruchami vnitřních orgánů, nemají infekční nemoci, krční či nosní potíže. Středoušních zánětů se v důsledku potápění obávat nemusíte. Důležité je vždy po plavání uši řádně vysušit a dodržet aklimatizační pobyt (cca 30 min.) v herně (v odpočinkové části bazénu). Zde můžete své dítě po plavání nakrmit.

Dodržujte předem stanovená pravidla obsažená v provozním řádu PS Zéva pro “plavání” kojenců a batolat v bazénu ZŠ Štefánikova. Prosíme Vás, dbejte o hygienu - zvláště důkladné sprchování svého těla a těla dítěte (bez plavek) a řádné umytí vlasů doprovodu dítěte před vstupem do bazénu!!!

**Při doprovodu další osoby je nutné dodržovat pokyn o převlečení do sportovního úboru** (plavky, legíny, trenky, tričko), který je určený pouze pro pobyt na bazénu! Platí zákaz vstupu v civilním oděvu! **Gumové pantofle na bazén musí být řádně umyty, vydesinfikovány a použity pouze na bazén!** Vstup do sprch, určených pro jednotlivé lekce, je vždy 15 min před zahájením lekce.

# Závazná dohoda

(nutno odevzdat Plaveckému středisku Zéva z.s.)

Příjmení, jméno dítěte: ..... Datum narození: .....

Zdravotní pojišťovna dítěte:..... Mobil. tel.:.....

Bydliště: ..... PSČ: .....

E-mail:.....

Prohlašuji, že jsem schopen(a) po fyzické a psychické stránce absolvovat výuku plavání kojenců a batolat, pořádanou Plaveckým střediskem Zéva, z.s. v krytém bazénu ZŠ Štefánikova. Byl(a) jsem poučen(a) o průběhu jednotlivých lekcí. Jsem si vědom(a), že musím dodržovat a dbát poučení a pokynů lektorů v průběhu jednotlivých lekcí a při jejich případném porušení z mé strany nebudu požadovat na plavecké škole finanční odškodnění.

Při porušení provozního řádu krytého bazénu, se kterým budu seznámen(a) v zahajovací lekcí, nesu plnou odpovědnost za následky vzniklé jeho nedodržením a v případě porušení hygienických nebo bezpečnostních opatření budu vyloučen(a) z výuky plavání bez nároku na vrácení finanční částky.

Prohlašuji, že mi ošetřující lékař v současné době nenařídil změnu režimu a okresní hygienik mně ani mému dítěti nenařídil karanténní opatření. Není mi též známo, že jsem přišel(a) v posledním týdnu do styku s osobami, které onemocněly přenosnou nemocí. Zavazuji se, že zdravotní stav dítěte i doprovodu bude při lekcích, jichž se zúčastním, dobrý.

Finanční částka musí být prokazatelně uhrazena před zahájením cyklu plavání.

**Byl(a) jsem upozorněn(a), že finanční prostředky jsou nevratné.** Jsem si vědom(a) právních následků, které by mne postihly, kdyby toto prohlášení nebylo pravdivé.

S uvedenými podmínkami v nabídce souhlasím.

Souhlasím s presentací mého dítěte při výuce plavání pro potřeby PS Zéva, z. s. (označte Vaši volbu zakroužkováním): ANO NE

Cyklus	Školní rok	Den	Hod.	v HK	Podpis rodičů

.....  
za Plavecké středisko Zéva, z.s.

## **Středisko "ROSNIČKA"**

(školní výukový bazén při ZŠ Štefánikova 566/26, HK 500 11)

### **Informace pro rodiče**

Doklad o zaplacení kurzu, vyplněnou závaznou dohodu a souhlas se zpracováním osobních údajů vezměte s sebou na 1. lekci plavání na bazén. Popřípadě závaznou dohodu a souhlas vyplníte a podepíšete při zahajovací lekci.

### **Pozorně si přečtěte přiložený info bulletin.**

Výuka plavání se koná ve školním bazénu ZŠ Štefánikova v HK, za Hvězdou, vchod do pravého křídla budovy, prosklená chodba k velké tělocvičně.

Na plaveckou lekci se dostavte poprvé raději s dostatečnou časovou rezervou, tj. 20 min. předem, abyste měli potřebný čas na osobní hygienu, hygienu Vašeho dítěte a na přípravu na "plavání".

Možnost ponechání kočárku na chodbě. S sebou si vezměte potřebné věci na plavání, viz info bulletin. Nutné jsou vlastní plavky i plavečky pro Vaše dítě s přiléhavou gumičkou kolem nohou. Také mohou být jednorázové pleny určené k pobytu ve vodě. Přineste si sprchový gel, nebo mýdlo, krém, ručníky, osušky, popř. župánek pro dítě, doporučujeme pantofle na bazén, svačinu, pití po plavání atd. Do vody jsou nutné vyčesané vlasy.

### **Další doprovod musí mít převlečení (sportovní oděv) na bazén.**

Jedna lekce v bazénu trvá 30 minut. Na výuku plavání se dochází pravidelně v pevný termín zařazení 1x týdně. V případě absence je možné v době konání výuky plavání vybírat náhradní lekce.

Těšíme se na Vás i na Vaše děťátko.

Budete-li chtít upřesnit některé informace, kontaktujte mě na tel. č. **736 248 666** (i formou zaslání SMS),

e-mail: [simona.kulickova@zeva.cz](mailto:simona.kulickova@zeva.cz)

Simona Kuličková, Plavecké středisko ZÉVA, z. s.