

# JÄMSÄ Uimahalli Koskikara

7.5.2021

## TERVETULOA UIMAKOULUUN!

Varhain opittu uimataito antaa mahdollisuuden nauttia vedessä, vesillä ja veden äärellä liikkumisesta turvallisesti ympäri vuoden. Elämme poikkeuksellista aikaa myöskin uimakoulujen osalta ja kaikki olemme vastuussa omalta osaltamme koronavirustartuntojen ehkäisemisessä. Vaikka annamme tässä muutamia ohjeita myös viruksen leviämisen ehkäisemiseksi, keskitymme uimataidon opettamiseen tarjoamalla iloa ja kivoja kokemuksia.

### Mukaan uimakouluun tarvittavat seuraavat varusteet:

*Uima-asu, pyyhe ja peseytymisvälineet*

*Uimalasit (suosittelemme henkilökohtaisia, tarvittaessa lainaamme ja pesemme ne käytön jälkeen)*

*Uintikirja (jaetaan uimakoulun aikana) ja uimahallikortti*

Yksi uimakoulun opetuskerta kestää yhteensä 55 min. Yhteen uimakoulun opetustuntiin sisältyy 5 min peseytymis- ja altaalle siirtymisaikaa, 40 min opetusaikaa ja lopuksi 10 min peseytymisaikaa. Uimaopettaja hakee uimakoululaiset pukuhuoneesta uimakoulun alkamisajankohdan mukaisesti. Uimaopettaja tuo lapset uimakoulun jälkeen takaisin pukutiloihin opetuksen päätyttyä, jossa huoltajien tulee olla valmiina ottamaan lapset vastaan.

Pukukaapin avain on kaapin ovessa valmiina. Isät (miespuolinen huoltaja) menevät vaihtamaan lapsen vaatteet miesten puolelle ja vastaavasti äidit (naispuolinen huoltaja) naisten puolelle. Lapset tulee riisua valmiiksi ja tarkistaa, että kaikki tarvittavat välineet ovat matkassa. Uimapuku laitetaan päälle peseytymisen jälkeen. Uimaopettaja auttaa tarvittaessa sen pukemisessa.

Uimaopettajat jakavat uimakoulun aikana uintikirjan, josta voitte seurata opetuksen edistymistä. Ottakaa se mukaan jokaiselle uintikerralle.

### Erityistilanneohjeet

Ei ole näyttöä siitä, että koronavirus voisi levitä uima-allasvesien kautta.

Lähikontakteja on minimoitu vähentämällä ryhmien kokoa ja muokkaamalla opetussuunnitelmaa. Uimakoululaisen nouto ja haku suositellaan tapahtuvan yhden saattajan avulla.

Uimahalli on suljettu muulta yleisöltä ja muulta käytöltä uimakoulujen aikana. Kahviotilan käyttö huoltajien odotustilana uimakoulujen aikana on koronasuosituksen mukainen.

Uimakouluun ei tulla sairaana ei edes vähäisissä oireissa. Sairastapauksissa tulee ottaa yhteyttä uimaopettajiin. Mikäli sairastapaus ilmenee uimakoulun aikana, ohjataan uimakoululainen erilliseen tilaan odottamaan, että huoltaja pääsee hänet hakemaan.

Kädet pestään aina uimahallille saavuttaessa ja sieltä lähdettäessä. Ennen allastiloihin siirtymistä peseydytään huolellisesti. Uimakoulujen aikana saunat eivät ole käytössä.

Riemukasta uimakoulua!

toivovat

uimaopettajat p. 040 712 2522