

游泳培训班火热报名,小学员、学生是主力军

## “双证齐全”的教练最靠谱

本报记者 高晓彬

炎炎夏日,游泳作为一种避暑方式备受青睐,也成为不少孩子的暑假“必修课”。暑期末到,我市各类游泳培训班却日益火爆。记者走访发现,一些游泳培训班甚至已经满员。孩子学游泳,究竟该怎么选择培训班,这其中有些“门道”。

记者在共青团路上的一家游泳馆看到,淡蓝色的泳池里,年轻的游泳教练正指导着十多名七八岁的孩子如何漂浮,还有一些孩子在水中嬉戏,大人们也不时展现泳姿,享受清凉。游泳王教练告诉记者,游泳馆开设了不同形式的培训班,有一对一、小班以及大班等。“暑期末到,馆内报名异常火爆,截至目前人数比往年多了20%,小学员、学生是主力军。”王教练说,年龄在20至30岁之间的女性,报名学习游泳的

也在增加。游泳利于身体曲线的塑造,很受女性欢迎。

“每年暑假都能看到有孩子溺亡的新闻,非常揪心,我觉得游泳是孩子需要掌握的一项生存技能,越早学会越好。”一位8岁孩子的家长告诉记者。而家长赵先生认为,游泳是很好的健身项目,“现在生活条件好了,孩子的体重都有些超标,假期游泳不仅可以锻炼身体,还能让孩子借此机会减减肥。”

现在的游泳培训市场,一些没有游泳教练员资格证的人也照样在带学员培训。记者了解到,市场火爆造成了游泳教练素质参差不齐,有游泳专业出身的运动员,也有持“游泳社会指导员”证的大学生、体育老师等。而根据规定,只有持有游泳教练员、救生员资格证的教练才可以从事游泳教学。因此,家长在为孩子选择游泳培训班时,一定要选“双证齐全”的教练再下水。

### 提醒

#### 入水前的准备很重要

据游泳教练介绍,饭前、饭后不要马上游泳。空腹游泳也有可能发生低血糖反应,而饭后游泳会影响消化,还会产生胃痉挛,甚至呕吐、腹痛等现象。至于时间的选择,一般以饭后半小时至一小时之间比较合适。入水前的准备也很重要,下水前先冲个温水澡,再做一下热身,5到10分钟,身体各个关节活动到了,不至于抽筋。假如在游泳当中发现抽筋,也不要慌张,要浮在水面上呼救,身体放松,两腿踢水,使身体向上漂浮。

虽然游泳好处多,但游泳时一定要做好安全措施,特别是小孩子,确保孩子在游泳池里始终要有大人监护;如果不会游泳,要让孩子待在浅水区。除此之外,建议女性游泳者先卸妆再下水,游泳时化妆品掉落会在一定程度上污染水质,并且假睫毛掉落也会挡住视线,不利于游泳。

游泳旺季来了,任城区卫生监督所开展游泳场所专项整治

## 畅游前记得查看每日水质公示

本报记者 张昭晖

随着气温愈发升高,加之高考结束,许多市民尤其是学生选择到游泳馆消暑避暑。日前,任城区卫生监督所开展游泳场所专项整治行动,对辖区内十家游泳场所进行检查,进一步规范游泳场所经营行为。从检查情况看,各游泳场所检测指标整体良好,市民若发现游泳场卫生存在安全隐患,可向卫生监督管理部门投诉举报。

昨日下午,在城区某游泳馆,五六十位市民正在泳池游泳戏水。“从月初开始,来游泳的市民逐渐多了,预计在七月份会达到高峰,一直持续到八月底。”该游泳场所负责人告诉记者,针对人流量增多的情况,游泳馆加大了自我检测力度,对泳池池水的更换和消毒频率都会更加频繁。

与此同时,任城区卫生监督所工作人员来到游泳馆内,在泳池内抽取水样,并用快速检测设备进行了水质检测。据任城区卫生监督所监督一科科长李建俊介绍,对于游泳场所的监测覆盖率要达到100%,除监督部门不定期快速抽检外,还要求各游泳场所进行每日自检,并

委托检测公司对水质进行检测,检测指标需包括池水细菌总数、大肠菌群、尿素、浑浊度、游离性余氯、PH值、池水温度等方面。

“池水尿素含量过高时,会刺激游泳者的皮肤、黏膜,让人感到不适。游离性余氯则和泳池水消毒有关,在加氯消毒一段时间后,会有适量的氯留存于水中保证持续杀菌,这个量太低会失去杀菌能力,太高也会对人体产生伤害。”李建俊说。

此外,按照专项整治的相关要求,各游泳场所须在泳池入口处设置水质公示牌,将每日自测水温、PH值、池水余氯含量等指标主动公示。而像游泳场所卫生信用等级、卫生许可证、工作人员的健康证等信息也应做到公示上墙。

近年来,随着监管部门执法力度加强,游泳场所经营者卫生意识提升,城区游泳馆卫生状况有了明显改善,水质不达标的情况基本不再发生。如果市民在游泳场所发现影响卫生安全的因素,或想了解游泳场所是否具有经营资质,可向卫生监督管理部门投诉和咨询。



执法人员正在进行水质检测

### 选择泳池要“三看”

#### ●看公示:

看卫生许可证、员工健康证、卫生知识培训合格证等信息是否公示在游泳池旁。看是否公示了当日水质情况,包括水温、PH值、余氯浓度、投放消毒药情况、循环水次数或新注入水量。

#### ●看水质:

好的游泳池一般水质是清澈见底的;捧起少许游泳池水闻一闻,可以闻到淡淡的氯味;游泳池壁无藻类生长和污垢等。

#### ●看水流:

市民可留意泳池底部,或泳池旁边的出水口,看是否有水源不断进出的现象。如果有,则说明其水循环消毒装置在正常工作。