

Занятия плаванием в бассейне, огромная радость и польза для детского организма.

Занятия плаванием имеют огромное воспитательное значение.

Они создают условия для воспитания смелости, дисциплинированности, уравновешенности у детей, способствуют развитию умения действовать в коллективе помогать друг другу.

Умение плавать это жизненно необходимый навык.



Но лучше всего полезные навыки закладываются в детстве. Плавание хорошо именно тем, что польза от него достигается через детскую радость и весёлое время проведение в воде.

Для одних детей плавание станет хорошим дополнением к общефизическому развитию, а для кого-то возможно, стартом в большой спорт.

Но главное, что плавание в бассейне приносит детям море положительных эмоций.

Не забываем про закаливающий эффект. Дети которые регулярно занимаются плаванием, как правило имеют более крепкий иммунитет.

Постоянный гидромассаж, который улучшает кровообращение.

Плавание укрепляет нервную систему ребёнка.

Плавание улучшает работу легких.

Плавание особенно рекомендовано детям с нарушением осанки и лишним весом.

Умение плавать, приобретённое в детстве, сохраняется на всю жизнь.