

Наверное, нет на свете ребенка, который не любит игры в воде. И детсадовский возраст – самое подходящее время ненавязчиво направить эти игры в полезное русло и обучить ребенка плаванию. Умение плавать, помимо получения удовольствия от игр в воде, дает уверенность в собственных силах и является эффективным средством нормального развития ребенка.

Плавание – мощный эмоционально-положительный фактор, который позволяет решать важные задачи. Способствует коррекции нарушения осанки, предупреждает плоскостопие, способствует снятию мышечного тонуса, развивает координацию, ритмичность движения, увеличивает двигательные возможности организма. Систематические занятия в бассейне улучшают работу органов кровообращения и дыхания. Оказывает мощное закаливающее действие.

Основной целью занятий является обучение детей дошкольного возраста плаванию; закаливание и укрепление детского организма; обучение каждого ребенка осознанию занятий физическими упражнениями; создание основы для разностороннего физического развития.

Инструктор по физической культуре

Калашникова Н.В.







