

РЕЙЗ ВАЛЕНТИНА АЛЕКСАНДРОВНА

Моя профессия – моя
судьба инструктор по
плаванию

опыт

ее 10



Занятия с детьми от 1,5
лет проводятся с
понедельника по пятницу
с 9-00 до 17-00.

НАШИ ЗАНЯТИЯ ДЛЯ ДЕТЕЙ ОТ 1,5 ЛЕТ ВКЛЮЧАЮТ В СЕБЯ:

- Приучение детей к воде
- Закаливание
- Игры на воде
- Навыки ныряния
- Соревнования
- Плавание со вспомогательными предметами
- Элементы спортивного плавания



ЗАКАЛИВАНИЕ



Начать закаливать ребенка можно в любом возрасте. Никогда не поздно начать – главное начать! Постоянная разница температур создает эффект закаливания и вызывает у детей восторг:



Есть важнейшие факторы благотворного влияния воды на малышей. Вот несколько основных воздействий воды на детский организм:

- **Закаливание, профилактика простудных и других заболеваний, укрепление иммунитета.**
- **Формирование правильной осанки.**
- **Улучшение обмена веществ, сна, аппетита.**
- **Укрепление нервной, дыхательной, сердечно-сосудистой систем, опорно-двигательного аппарата.**
- **Предупреждение плоскостопия.**
- **Улучшение физических способностей: координации движений, силы, выносливости.**
- **Помощь при синдроме повышенной возбудимости, гипертонусе, гипотонусе, ДЦП.**
- **Обучение плаванию.**
- **Положительные эмоции вашего малыша.**
- **Ребенок научится плавать, и вы не будете бояться за него.**

