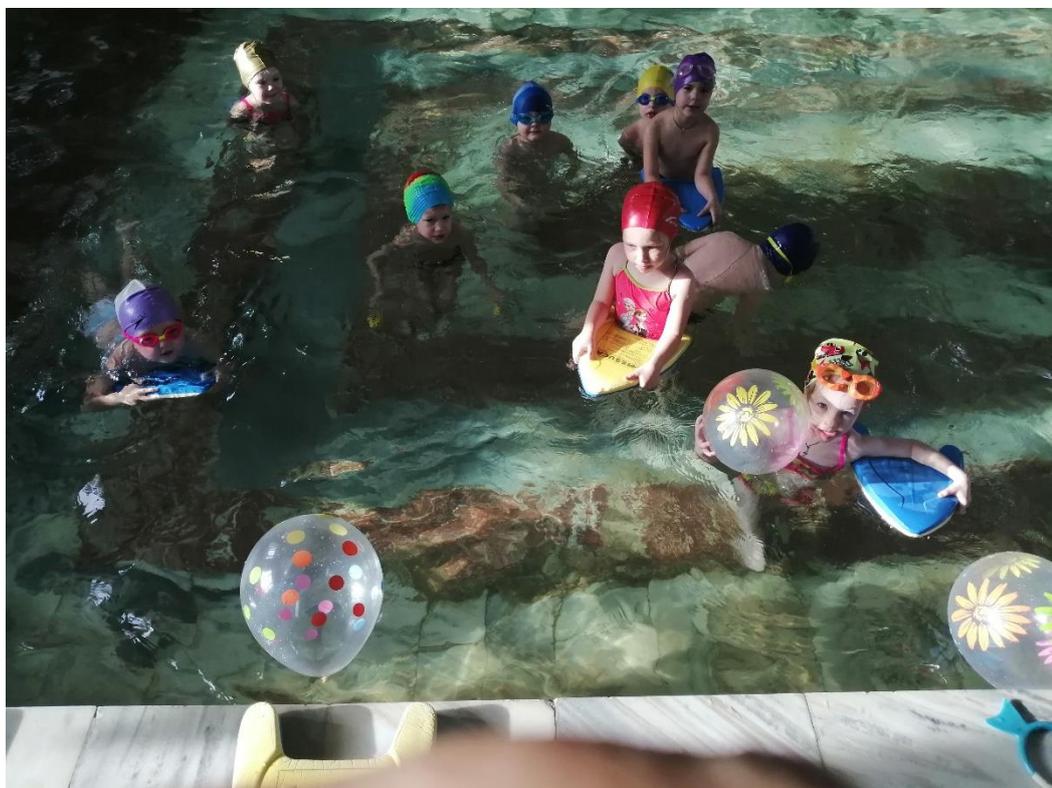


**Ноябрь 2019г.**

### **Ура! Бассейн!!!**

Одна из главных задач на занятиях в нашем бассейне – это вызывать положительные эмоции у детей! Встречи в бассейне приносят детям чувства Счастья, Любви и Радости! Но не только:

1. Плавание спасает от простуд.
2. Ребёнок становится устойчивее.
3. Его сердце начинает лучше работать, а сосуды крепнут.
4. Ребёнок стройнеет и выпрямляется.
5. Плавание делает ребёнка сильнее и крепче.
6. Плавание успокаивает, делает нервную систему ребёнка устойчивой.
7. Плавание — лучшее лекарство. Оно улучшает обмен веществ, сон, аппетит. После бассейна ребёнок ест «за двоих» и крепко спит.
8. Плавание тренирует все системы организма: укрепляет костную, тренирует систему кровообращения, улучшает органы дыхания, нормализует нервную систему.



Много разных предложений,  
Как здоровье укреплять,  
И одно из них- в бассейне  
Можно мускулы качать.



Баттерфляем или кролем,  
Брассом или на спине,  
Плывать бодро, будто в море,  
В тёплой, голубой воде.



Мышцы все раскрепостились,  
Силу снова набирают,  
И усталость, что скопилась,  
Прочь из тела убегает.



Радость душу наполняет,  
Не плывёшь, уже летишь,  
И здоровье обретает  
Твой усталый организм.



Этот водный мир полезен,  
Для детей и пожилых,  
Он для взрослых интересен  
И для скептиков больших.



Так трудись, дружок бассейн,  
Ты на благо всех людей,  
Для здоровья, настроенья,  
Чтоб жилось нам веселей!

**Дети + занятия в нашем бассейне = Счастье! Согласны?**

Инструктор по плаванию Никуткина Е.Г.