

## Март 2016г.

Для всех желающих ребятишек, для всех родителей, думающих о здоровье и будущем своих чад, в детском учреждении №117 действует секция плавания. Дополнительные занятия проводятся один раз в неделю, продолжительность - 35 минут.

Дети получают на этих занятиях гармоничную нагрузку: если малыши 2-3 лет учатся только передвигаться в воде, принимать горизонтальное положение в воде, то старшие дети 6-7лет уже способны проплыть 5-10 метров кролем на груди, кролем на спине, владеют дыханием, могут владеть и управлять длительностью вдоха и выдоха.

Ребята, которые регулярно посещают дополнительные занятия, реже болеют, имеют больший объем легких, более развитую кровеносную систему. Особое и важное значение имеет плавание для формирования красивой и статной осанки, формированию здорового свода стопы у еще не окрепших детских ножек. Занятия плаванием приносят только положительные эмоции, огромную пользу детскому организму и необходимые, жизненно важные навыки плавания.

25 апреля в бассейне прошло открытое занятие с детьми младшей группы №13. Ребята в играх, заданиях и подражаниях продемонстрировали своим родителям основные движения в воде, умение передвигаться на руках по дну. Детки побывали «мишками», «лягушатами», «рыбками», «крабиками». С особым удовольствием ребята выполнили упражнение «Фонтанчик». Родители воспитанников высоко оценили работу руководителя секции плавания Куликовой Марины Викторовны.

