**МДОУ «Детский сад общеразвивающего вида №62 «Аленький цветочек»**

"Плаваем с удовольствием".

Вяткина Тамара Викторовна,

инструктор по физическому воспитанию

Вода - это сила,  
Вода - это жизнь!  
Кто первый в воде,  
Тот первый везде!

В нашем дошкольном учреждении функционирует бассейн.

Купание, плавание, игры и развлечения на воде - один из самых полезных видов физических упражнений. Поэтому чем раньше приучить ребенка к воде, научить его плавать, тем полнее скажется положительное воздействие плавания на развитие всего детского организма.

Один раз в неделю дети посещаю бассейн, где обучаются умению плавать. Регулярные занятия плаванием положительно влияют на закаливание всего детского организма, улучшается работа органов дыхания и кровообращения. Плавание способствует коррекции нарушения осанки, предупреждает плоскостопие, способствует снятию мышечного тонуса, развивает координацию, увеличивает двигательные возможности организма.

Плавание благотворно влияет не только на физическое развитие ребенка, но и на формирование его личности: развивается сила воли, целеустремленность, смелость и дисциплина. Укрепляется так же нервная система, улучшается сон, улучшается аппетит, повышается общий тонус организма, совершенствуются движения, увеличивается выносливость.

Умение плавать - это жизненно необходимый навык.

Предлагаем Вам просмотреть видеосюжет "Бассейн" в официальной группе ДОУ ВКонтакте