**Всем плавания навык необходим.
И маленьким детям, и даже большим, ведь это залог безопасности всех,**

**В плавании -  сила, здоровье, успех.**

**Маленьким детям, как и взрослым, очень полезно плавать. Это один из самых приятных и простых способов оздоровить   ребенка, закалить, сделать его сильным и физически развитым, обеспечить профилактику против инфекционных болезней.**

**Плавание формирует осанку, способствует правильному развитию опорно-двигательного аппарата, укрепляет сердце, легкие. Занятия в бассейне развивают координацию, увеличивают силу, делают детей выносливее. В результате у ребенка улучшается сон и аппетит. Плавание способствует улучшению функциональных возможностей нервной системы, ее вегетативных функций, повышению подвижности нервных процессов.**

**Особенно оно полезно для тех детей, которые чрезмерно возбуждены. Температура воды и однообразные циклические движения оказывают успокаивающее воздействие на нервную систему, делают ребенка более спокойным. Кроме того, занятия в воде исправляют плоскостопие – от этого отклонения очень важно избавиться еще в детстве, иначе потом будет поздно.**

**И, наконец, плавание доставляет ребятам массу удовольствия.**