**Советы для родителей**

**Зачем малышу бассейн?**

Плавание с самого раннего возраста – один из самых простых способов сделать ребенка закаленным, здоровым и физически развитым.

Положительный эффект от этого обожаемого детьми занятия вы заметите уже через несколько недель!

Плавание дает детям:

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.

Родители часто выбирают для детей плавание просто в качестве очередного развлечения и даже не ожидают, что занятия могут дать сразу же заметный эффект.

Дети-пловцы не умеют болеть:

На совсем маленьких детях эффект еще заметнее. Они перестают болеть простудными заболеваниями, у них улучшается координация движений. Ребенка-«пловца» сразу видно – у таких детей хорошая осанка, устойчивая походка, вообще они подвижные и активные. Особенно, когда видят воду! Такие дети абсолютно не боятся воды, и, оказавшись летом на пляже, тут же бегут купаться.

Возможность никогда не бояться за своего ребенка на воде стоит того, чтобы отдать чадо учиться плаванию!

Уже одна возможность никогда не бояться за своего ребенка на воде – будет ли он отдыхать на даче или в пионерском лагере, или с друзьями поедет на пляж – стоит того, чтобы отдать чадо учиться плаванию. Этот навык необходим человеку для выживания.

Самое главное для ребенка – это здоровье!

А самое главное – это здоровье. Нельзя сделать ребенка здоровым с помощью таблеток и витаминов. Когда мы вылечили ребенка от простуды и он перестал кашлять, это еще не значит, что он здоров. Если мы будем сидеть и ждать следующей простуды, то мы ее дождемся. Чтобы стать по-настоящему здоровым, нужно укреплять здоровья, повышать иммунитет и заниматься спортом.

Что лучше – тратить деньги на лекарства и болеть или тратить деньги на здоровый образ жизни и быть крепким и сильным?