

Рекомендации подготовила: Гаврилова М.Е., инструктор по ФК МАДОУ МО г. Краснодар «Центр-детский сад № 199»

## **КОГДА И КАК НАУЧИТЬ РЕБЕНКА ПЛАВАТЬ? ПОЛЬЗА**



*Лето обещает быть жарким, поэтому без купания не обойтись, что будет хорошим поводом выбраться всей семьей на пляж.*

**Основные факторы риска утонуть связываются с отсутствием:**

- ограждений у водоемов;
- надлежащего тщательного надзора за детьми;
- умения хорошо плавать;
- информированности об опасности водной среды.

**Когда стоит учить ребенка плавать**

Когда вы, родители, будете сами эмоционально к этому готовы. Ваша уверенность и забота – то, на что ребенок может опереться в своих неловких первых «шагах». Стоит также заметить, что в секцию по плаванию детей принимают с 3-4 лет.

## **Главные ошибки родителей в процессе обучения ребенка плаванию:**

- Использование кардинальных методов – бросать ребенка в воду или с лодки, надеясь на инстинкты. Ребенок может не справиться и получить сильную травму, как физическую, так и психологическую. Также большой риск лишиться его доверия. Забываем про старые методы!
- Торопить, давить на ребенка. Всеу свое время! Возможно, ребенку неинтересно или страшно этим заниматься. Обучать стоит постепенно. Сначала теоретически, потом на практике на мели, пусть сначала научиться держаться на воде или совершать движения руками, при этом стоя на ногах. И только потом можно идти дальше.
- Обесценивать старания ребенка. То, что для вас элементарно, для него может быть большим достижением. Так что хвалите за маленькие шажки, подбадривайте

***Берегите себя и близких!***