

Презентація занять гуртка
плавання Гусятинської
ДЮОСШ

(тренер-викладач Кохан З.Й.)

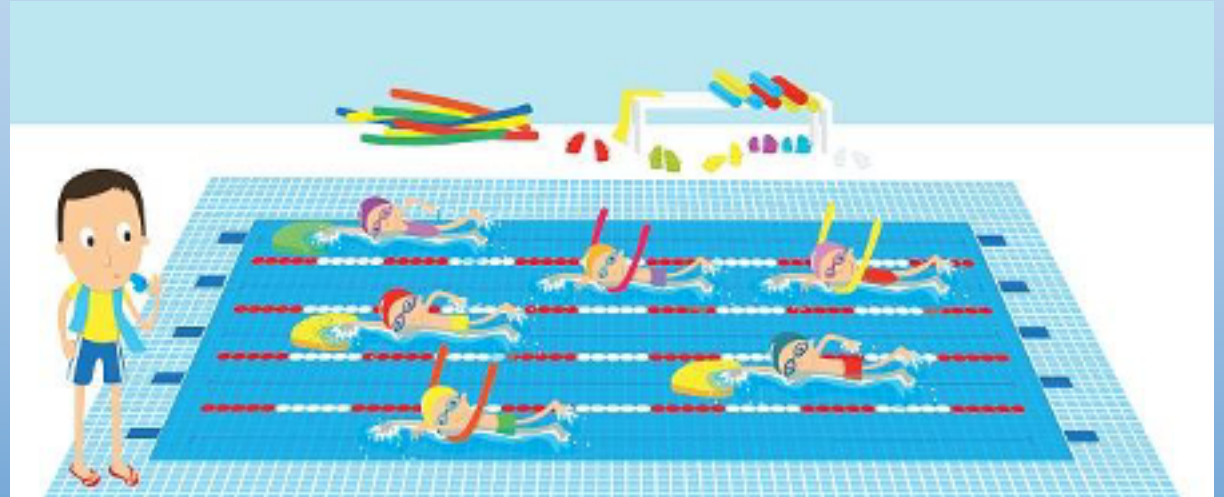
Користь плавання

Активний спосіб життя – запорука міцного здоров'я. Серед різних спортивних дисциплін, найкориснішим для фізичного здоров'я є плавання. Плавання відмінно загартовує організм, розвиває м'язову систему, дихальну систему і серцево-судинну систему. Плавання розвиває і зміцнює, кістки, суглоби, імунітет.



Плавати може навчитись кожен

Уміння плавати і триматися на воді - важливе уміння, цікавий і корисний вид спорту, відмінний спосіб проведення дозвілля. Навчитися плавати зовсім не так складно і небезпечно, як може здаватися людині. Саме цього і навчаються юні гуртківці у басейні Гусятинської ДЮСШ.



Весело і гамірно у басейні Гусятинської ДЮСШ



Заняття початкової групи підготовки відділення плавання



Навчаємось плаванню під час гри



Плавання - це маленьке життя і навіть
більше!