

Грудничковое плавание основано на врожденной способности детей плавать, то есть при погружении в воду совершать плавательные движения руками и ногами и рефлекторно задерживать дыхание. Это называется плавательным рефлексом. Плавательный рефлекс обусловлен внутриутробным развитием ребенка в жидкой среде. Без закрепления этот плавательный рефлекс к 3-3,5 месяцам угасает. Если с ребенком заниматься с младенчества плаванием, то рефлексы не угаснут, а грудничок приобретает неординарные навыки, крепкое здоровье и гармоничное развитие. Обучение грудничковому плаванию – самое эффективное средство физического развития ребёнка. Плавание обладает целым списком положительного воздействия на организм малыша.

К тому же, занимаясь плаванием с рождения, у ребёнка не появится страха к воде в более осознанном возрасте.

К противопоказаниям относят сухость кожи, плохое самочувствие ребёнка, вирусные, инфекционные и респираторные заболевания, судороги, а так же прочие индивидуальные противопоказания от невролога, ортопеда и других специалистов.

Infant swimming it is based on the innate ability of children to swim, that is, when immersed in water to make swimming movements with their hands and feet and reflexively hold their breath. This is called the swimming reflex. Swimming reflex is caused by intrauterine development of the child in a liquid environment. Without fastening this swimming reflex to 3-3,5 months fades. If a child is engaged in swimming from infancy, the reflexes will not fade, and the baby acquires extraordinary skills, good health and harmonious development.

Teaching infant swimming is the most effective means of physical development of the child. Swimming has a whole list of positive effects on the baby's body.

In addition, swimming from birth, the child will not have a fear of water at a more conscious age.

Contraindications include dry skin, poor health of the child, viral, infectious and respiratory diseases, seizures, as well as other individual contraindications from a neurologist, orthopedist and other specialists.

