

Pływanie ma swoje nieocenione zalety. Nikogo nie trzeba o tym specjalnie przekonywać. Osoby regularnie korzystające z pływalni zdecydowanie mniej chorują. Może to się wydawać dziwne, ale rodzice dzieci regularnie zażywających aktywności na basenie mniej wydają na lekarstwa i lekarzy. Wydatki na pływanie są mniejsze niż na leczenie. Nie mówiąc już o tym, że zdecydowanie przyjemniejsze. Nikomu przecież nie sprawia przyjemności widok chorego dziecka. Lepiej patrzeć jak radośnie pluska się w wodzie, niż siedzieć z rozgorączkowanym maluchem w przychodni zdrowia. Osoby, które nie chodzą na basen żeby się „nie przeziębnić” regularnie odwiedzają lekarzy z ...przeziębieniem.

Systematyczny kontakt z wodą, hartuje organizm, a pływanie jest jedyną z najmniej urazowych aktywności sportowych. Korzyści z jego uprawiania są wielorakie:

- stymuluje rozwój ruchowy,
- wpływa na koordynację ruchów,
- stanowi wspaniałą gimnastykę dla mięśni i stawów,
- wspomaga proces rehabilitacji u dzieci, u których stwierdzono problemy z układem kostno-stawowym.

Wiedzą o tym rodzice, którzy coraz częściej odwiedzają pływalnię w towarzystwie swoich pociech. Dzieci przyzwyczajone do pływania stają się odważniejsze, bardziej samodzielne i ciekawe świata, rozwijają się szybciej od swoich rówieśników. Dzięki łatwości przystosowywania się do nowego środowiska, pójście np. do przedszkola, nie jest dla dzieci wielkim problemem. Ćwiczenia i zabawa w wodzie wzmacnia więzi emocjonalne rodzica z dzieckiem.

Aby jeszcze bardziej zwiększyć korzyść z pobytu na pływalni Brzeski Ośrodek Sportu i Rekreacji wprowadził kurs nauki pływania dla dzieci od 4 do 6- ciu lat. Rozpoczynający się kurs będzie pierwszym elementem szerszego projektu, który nazwaliśmy „Wodne Dzieci”. Kurs prowadzony będzie przez profesjonalnego instruktora, według sprawdzonych standardów, w małych ok. 8-10 osobowych grupach (w przypadku dzieci młodszych grupy będą liczyć do 6-ciu osób). Dzięki umiejętnościom nabytym na kursie, dzieci będą mogły jeszcze efektywniej wykorzystywać swój pobyt na pływalni. Wspólny z rodzicami przyjazd będzie okazją pokazania swoich umiejętności. Dla maluchów, które wykażą się wielkim duchem, uruchomiona zostanie stała grupa, gdzie będą mogły stopniowo doskonalić swoje umiejętności. Być może wśród tych wodnych dzieci znajduje się przyszły Olimpijski Mistrz –duma Brzeska? Kto wie?

[BOSiR]