

Учебная программа воркшопа «Раннее плавание»

10.00-11.00 История возникновения раннего плавания. Анатомо-физиологические особенности детей грудничкового и раннего возраста.

11.00.-13.00 Рекомендации и противопоказания к раннему плаванию. Цели и задачи на уроках раннего плавания.

13.00-13.30 Обед.

13.30-15.30 Практика в воде. Основные принципы обучения раннему плаванию, поддержки, обучение нырянию, упражнения для обучения раннему плаванию в бассейне.

15.30-16.30 Психологические аспекты в работе с мамой и ребенком.

16.30-16.45 Перерыв.

16.45 -18.00 Отличие в построении групповых и индивидуальных занятий.