

**Б**ассейн — это весело!

Плескаться в воде, нырять, брызгаться нравится почти всем детям.

Когда моему сыну исполнилось три года, я решила, что пора основательно познакомить его с водой, чтобы оздоровить и укрепить иммунитет.

Мы записались на групповые занятия в бассейн два раза в неделю. После занятий мой суперактивный сын выходил спокойный и очень довольный.

У плавания в бассейне огромное количество плюсов:

- в воде ребёнок быстрее растёт;
- это прекрасная аэробная тренировка;
- формируется красивая осанка и лёгкость в движениях;
- в воде отдыхает и расслабляется позвоночник;
- вода успокаивает, снимает стресс.

Спорт, который совмещается с игрой, — что может быть лучше?!

Вот и Конни, глядя на подругу, решает, что ей пора научиться плавать. Прочтите с малышом эту историю и отправляйтесь в бассейн!

**Лана Богомаз,**  
главный редактор  
«Альпина.Дети»

# Конни идёт в бассейн

История  
Лианы Шнайдер

С иллюстрациями  
Янины Гёрриссен





— Мама, представляешь, Юлия учится плавать! — Конни первым делом делится с мамой, которая пришла забрать её из сада, новостью дня. — И скоро получит значок «Морской конёк». Я тоже так хочу! Давай позвоним в бассейн!

К счастью, в группе Юлии осталось одно место, и мама записывает Конни на тренировки.

Конни очень любит воду и с нетерпением ждёт первого занятия.  
А пока тренируется нырять дома, в ванне.







Наконец наступает долгожданный день. Конни вместе с мамой собирает рюкзак для плавания: купальник, полотенце, нарукавники, тапочки, гель для душа и расчёска.

В бассейне Конни переодевается в купальник, а мама надувает нарукавники и запирает остальные вещи в шкафчике.

Из раздевалки Конни вместе с Юлией идёт в душ, ополоснуться перед бассейном. А после занятия они будут мыться с гелем и мочалкой.



Конец ознакомительного фрагмента.

Приобрести книгу можно

в интернет-магазине

«Электронный универс»

[e-Univers.ru](http://e-Univers.ru)