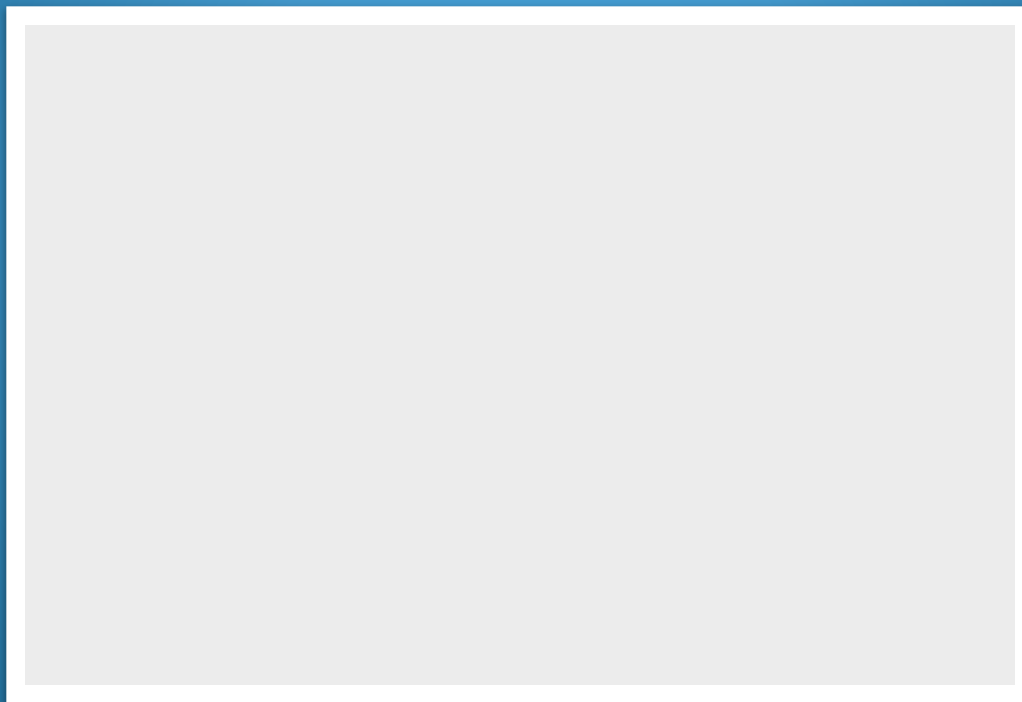


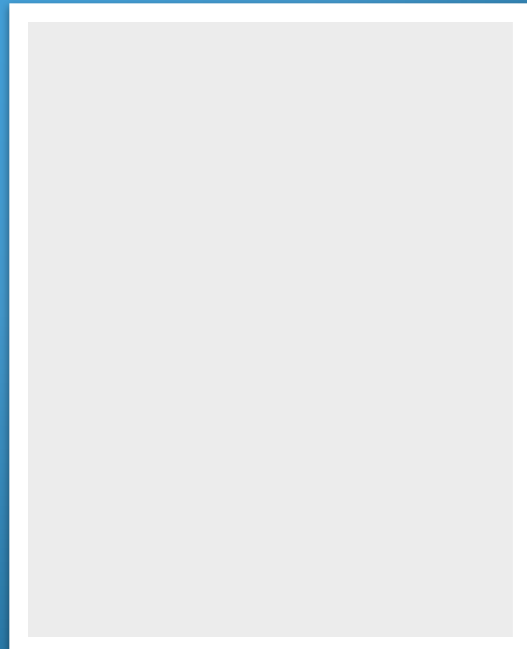
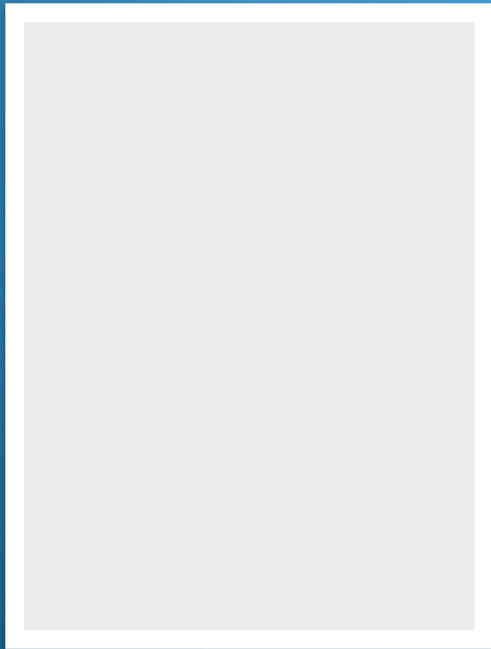
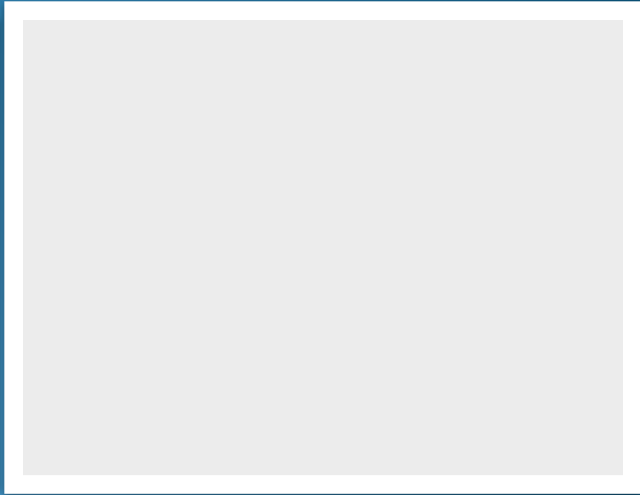
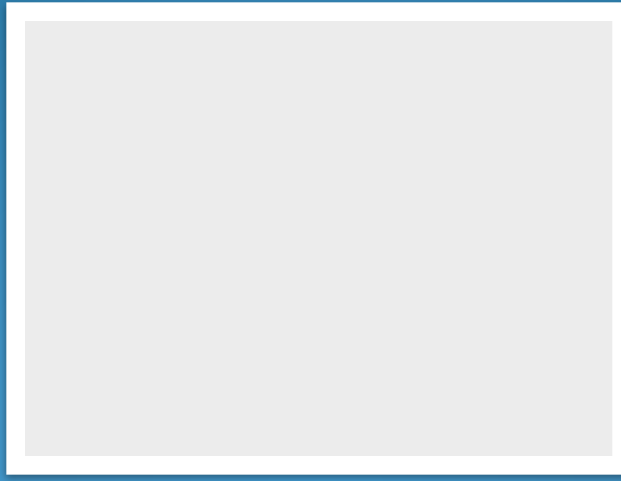
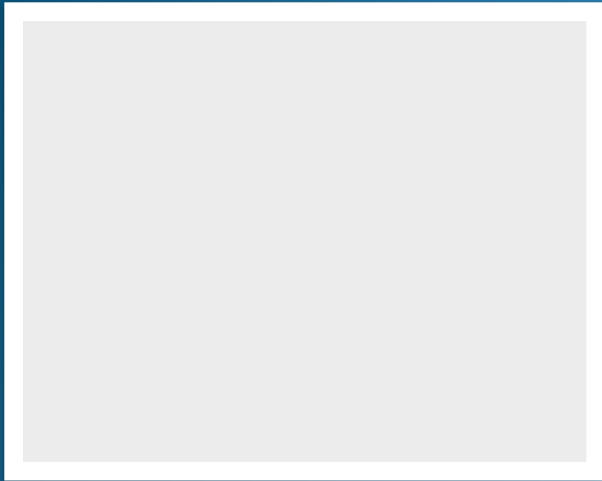
# Все о пользе плавания



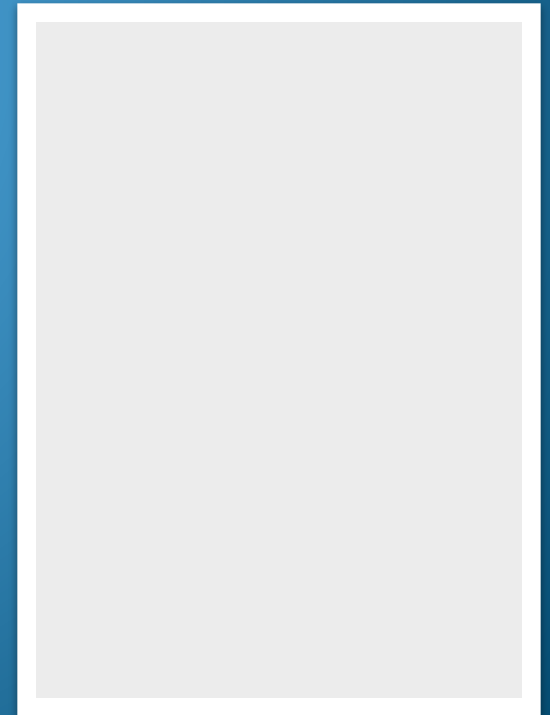
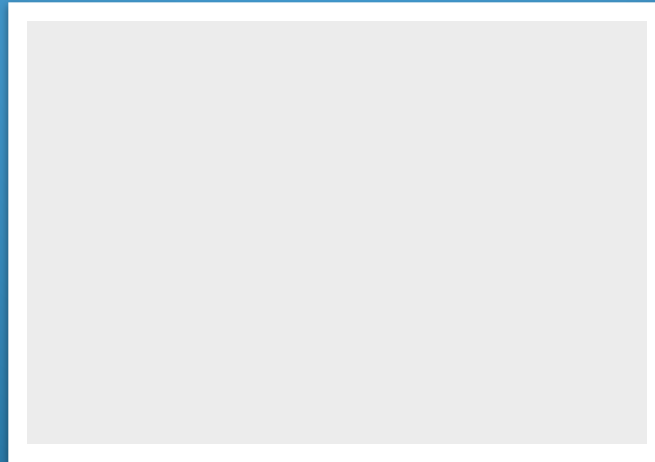
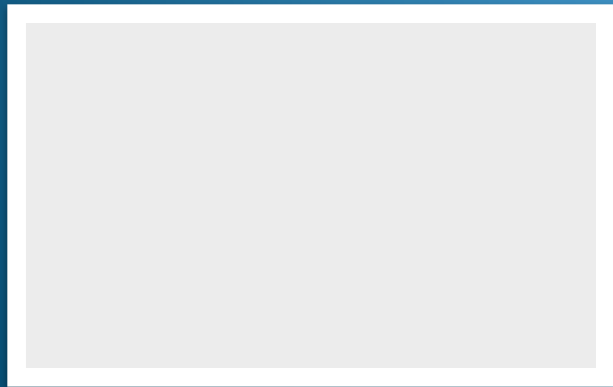
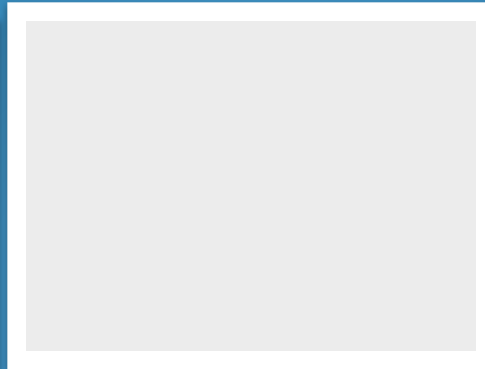
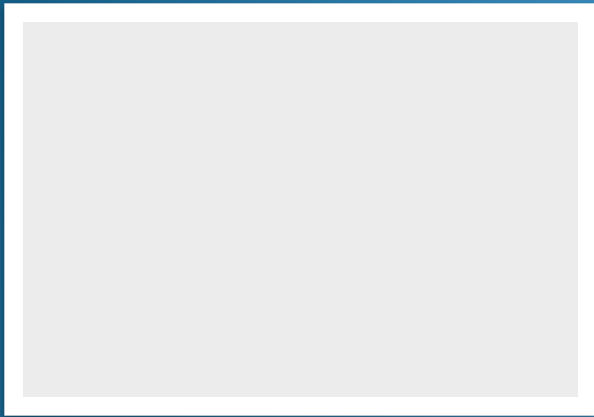
# Бог моря Посейдон



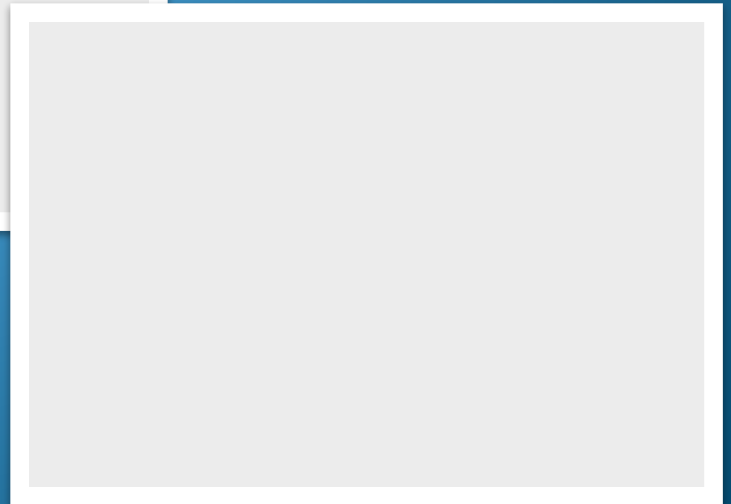
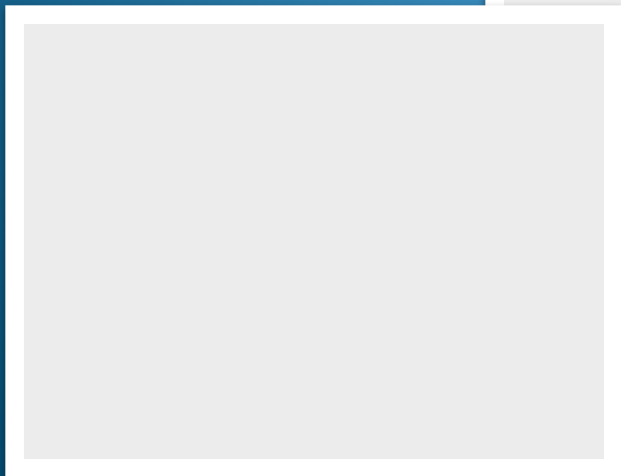
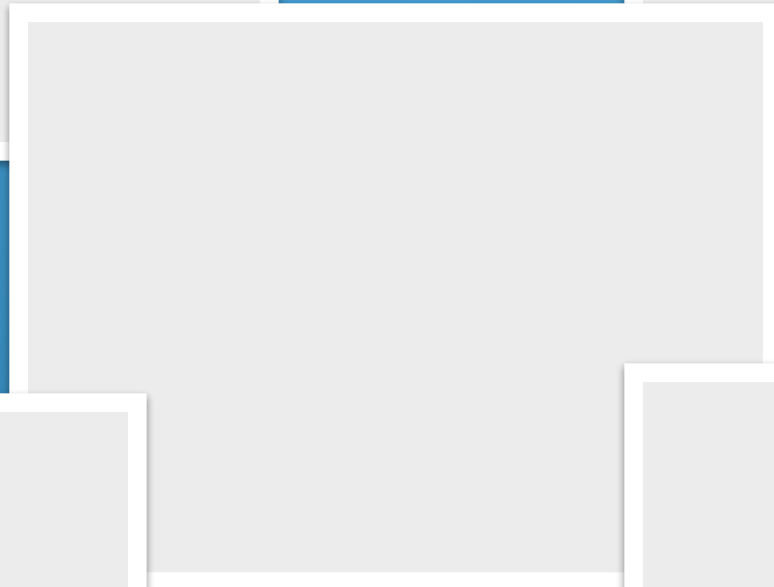
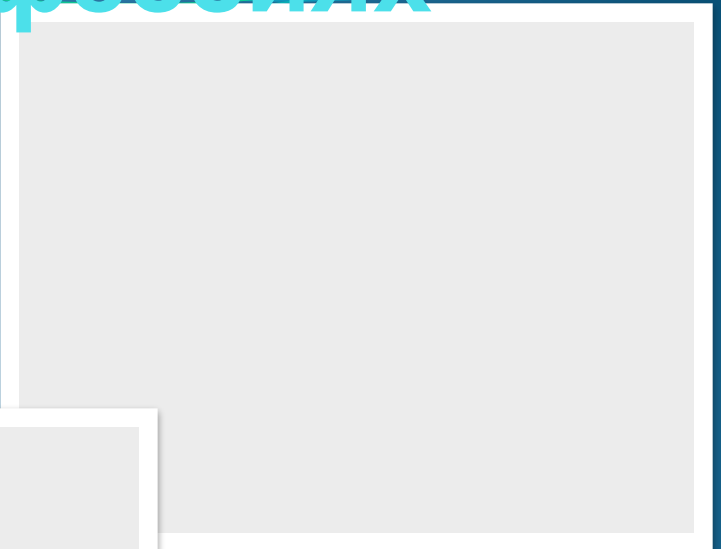
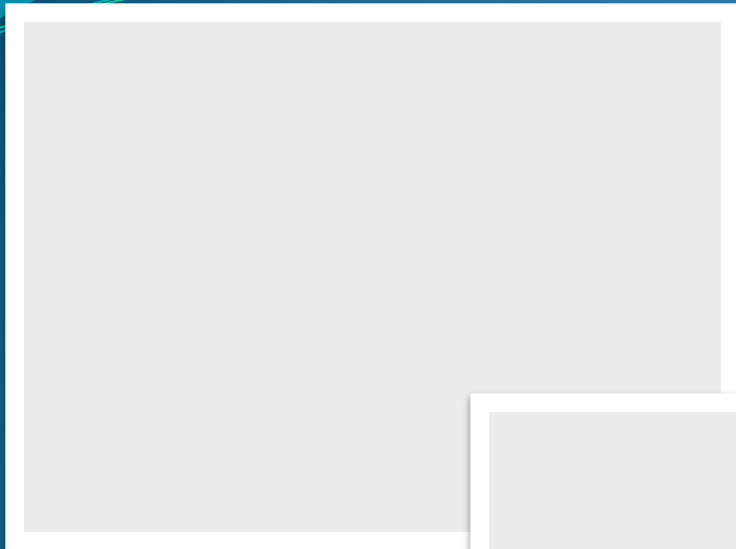
# Техника безопасности на воде



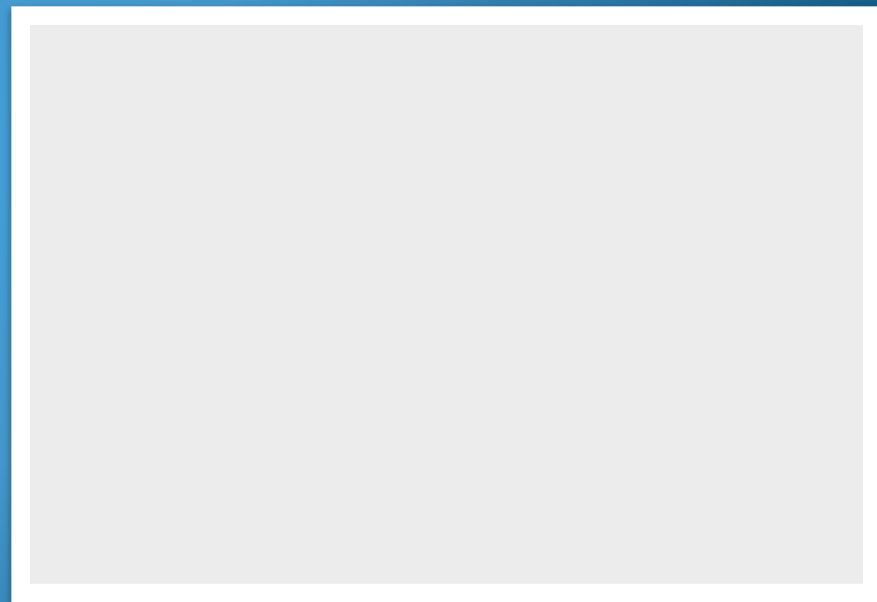
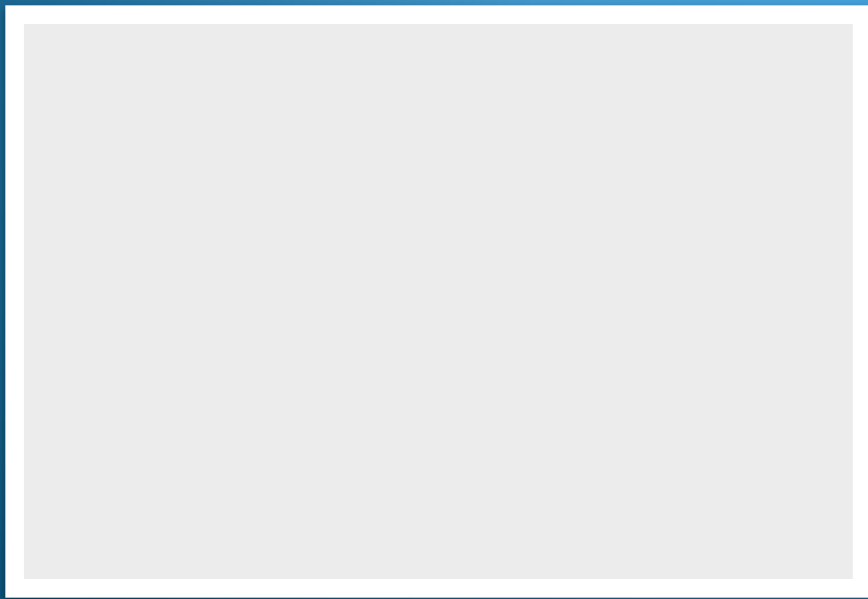
**УМЕНИЕ ПЛАВАТЬ, ПРИОБРЕТЕННОЕ В  
ДЕТСТВЕ,  
СОХРАНЯЕТСЯ НА ВСЮ ЖИЗНЬ.**



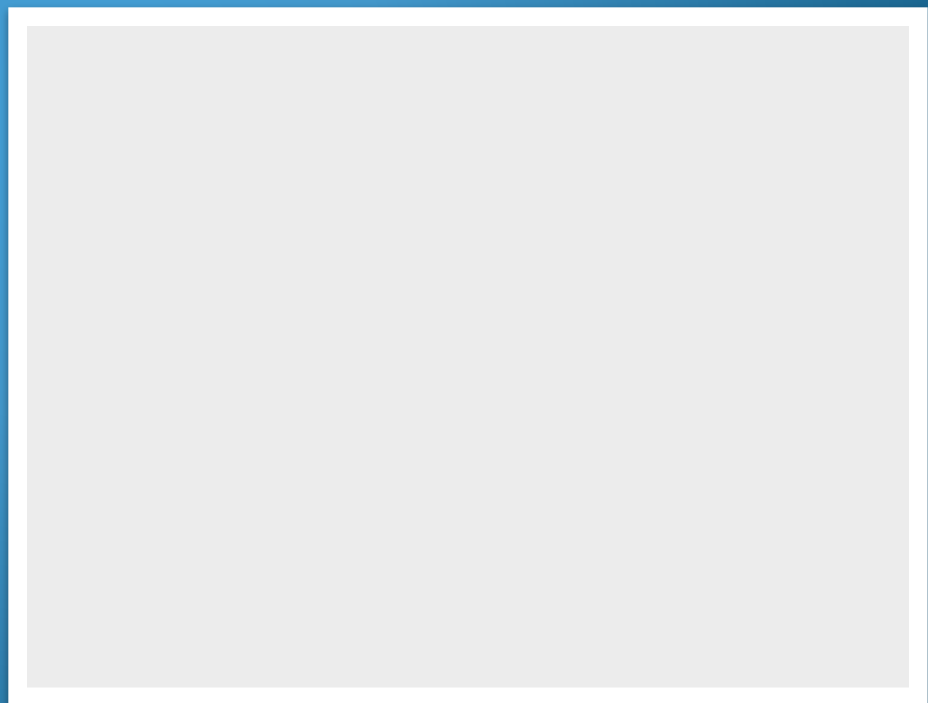
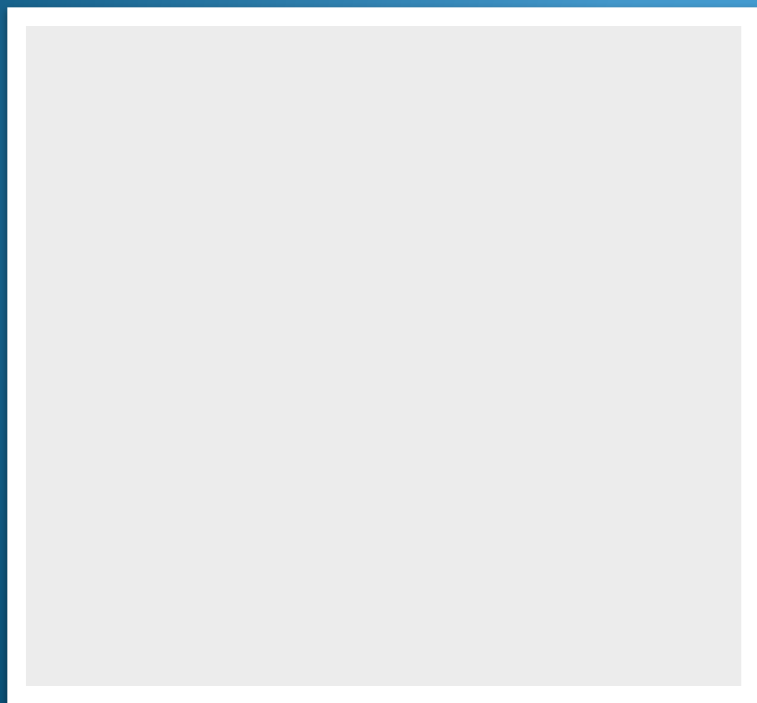
# Плавание в профессиях



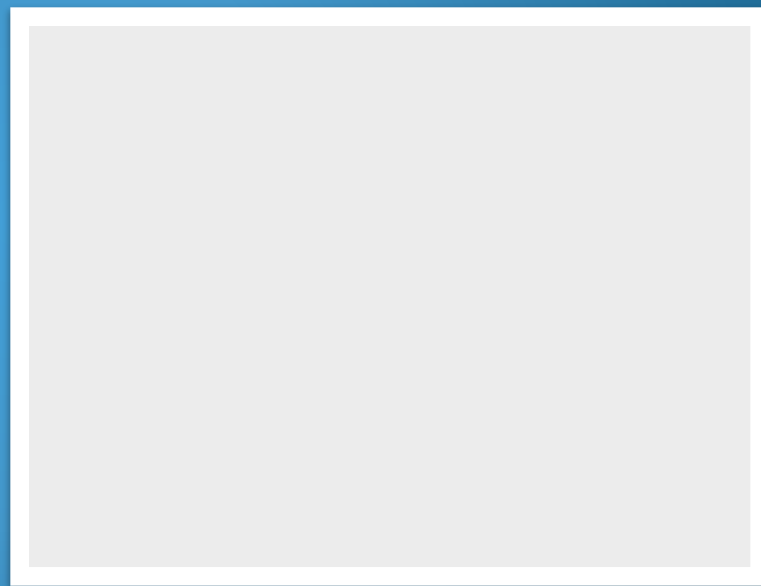
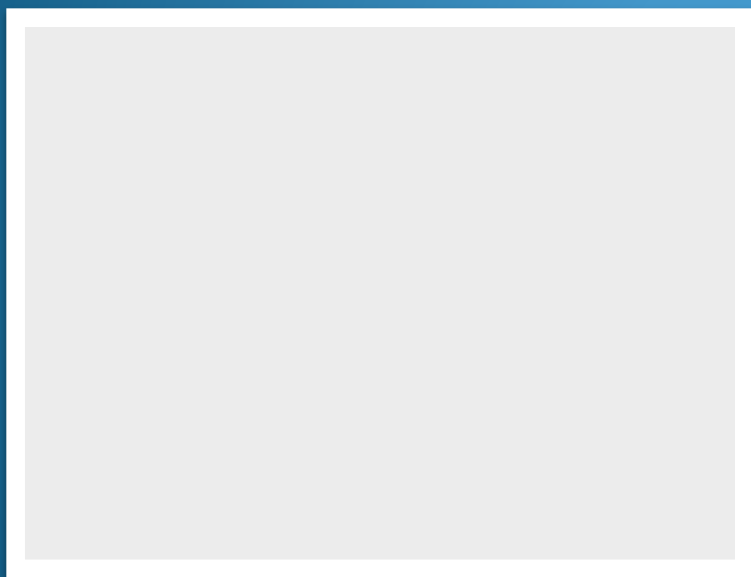
**Быть здоровым  
модно, и престижно!**



**Хочешь быть здоровым –  
будь им!**

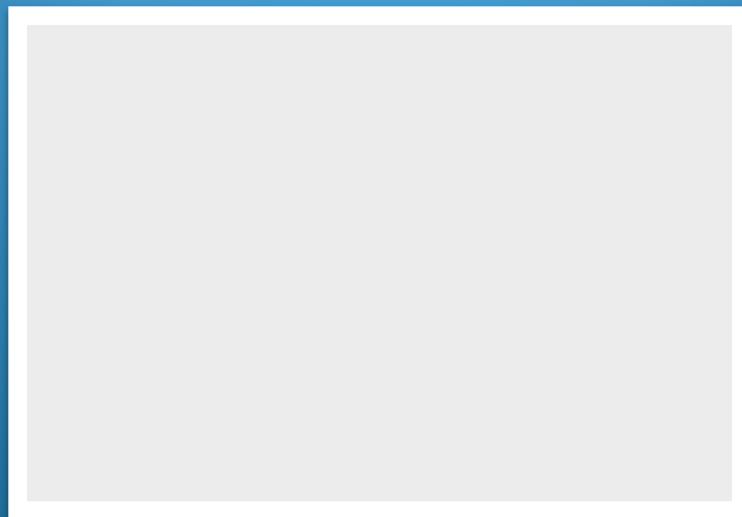
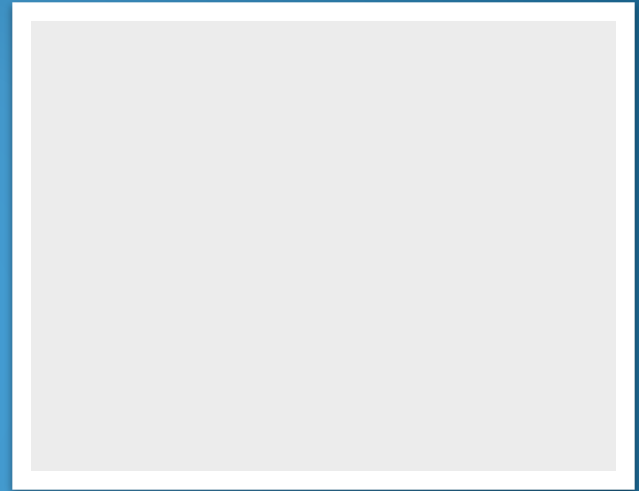
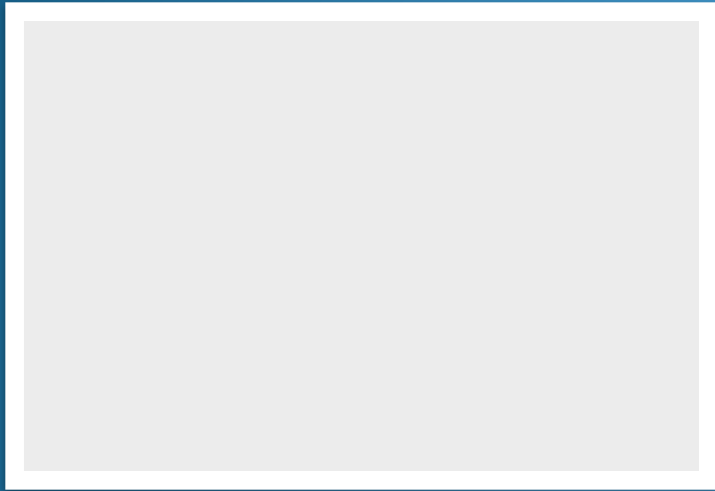


# Упражнения в воде

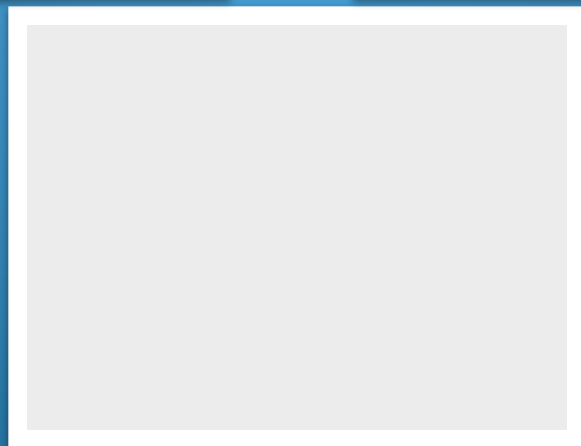
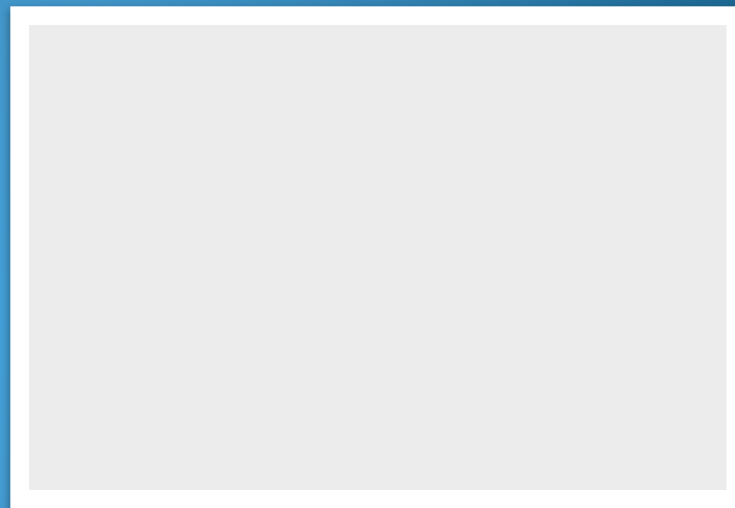
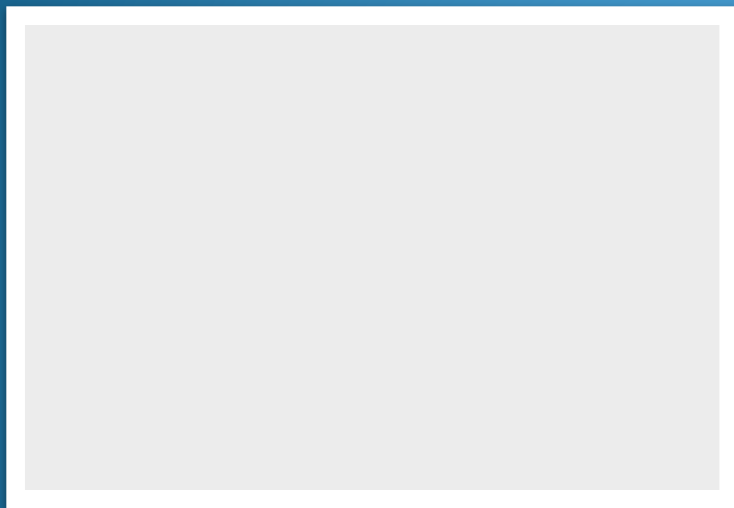




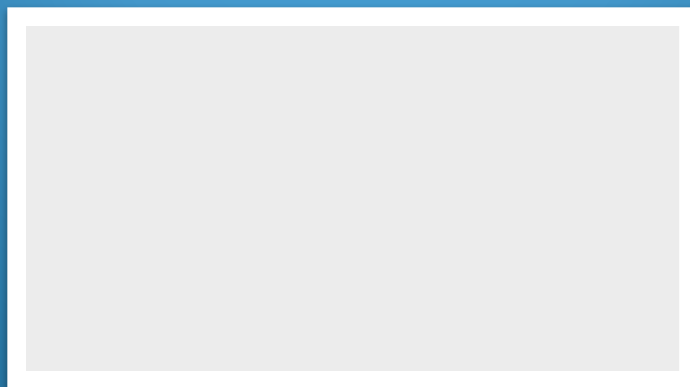
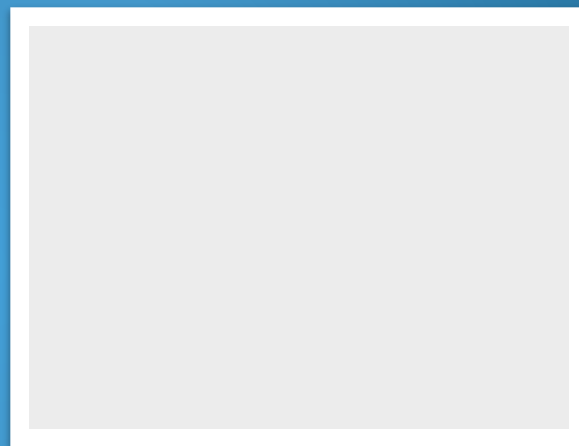
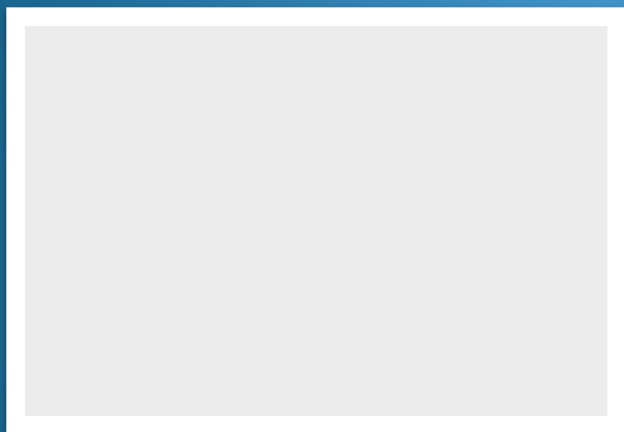
# Действие воды на организм



# Регулярно занимайтесь плаванием!

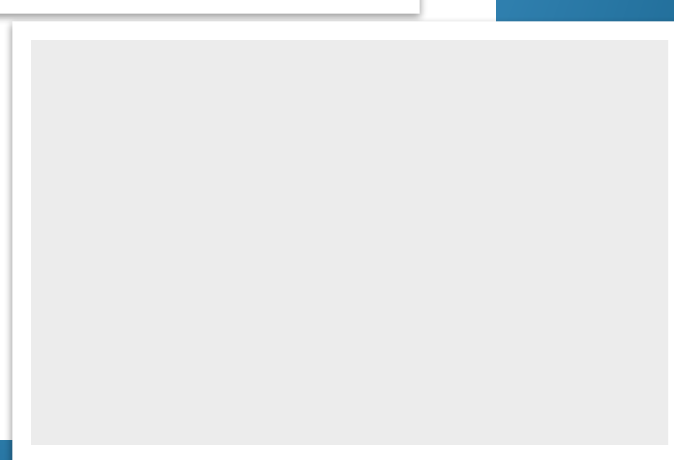
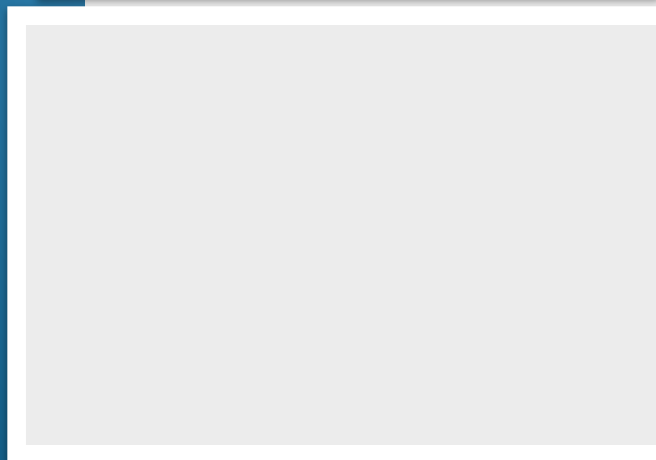
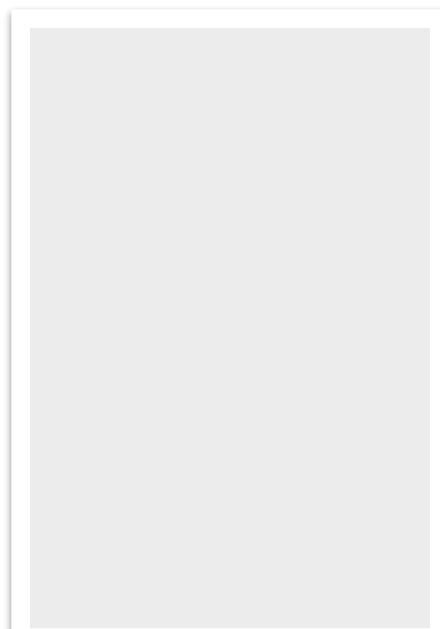
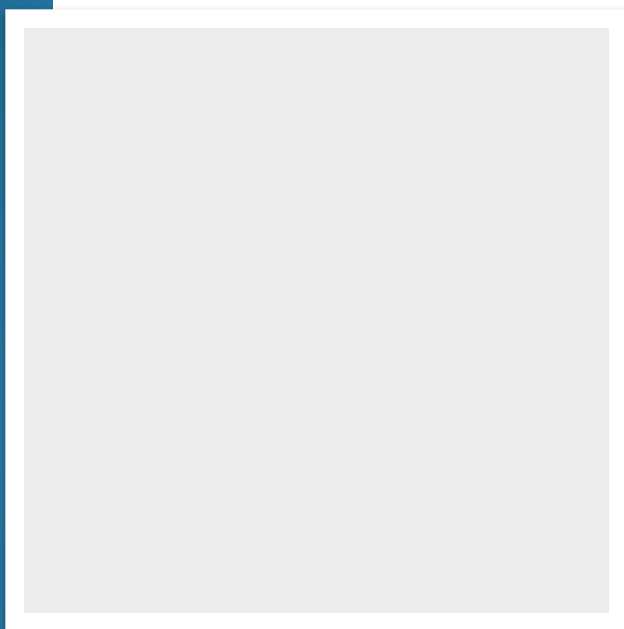


# Плавание полезно для здоровья!

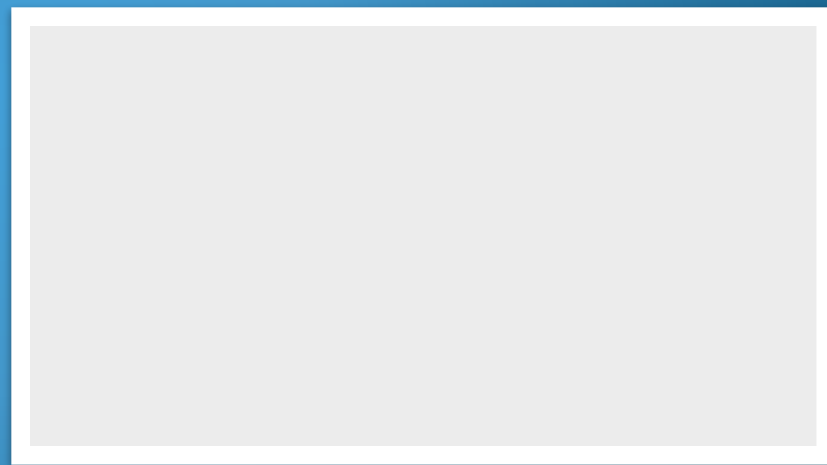
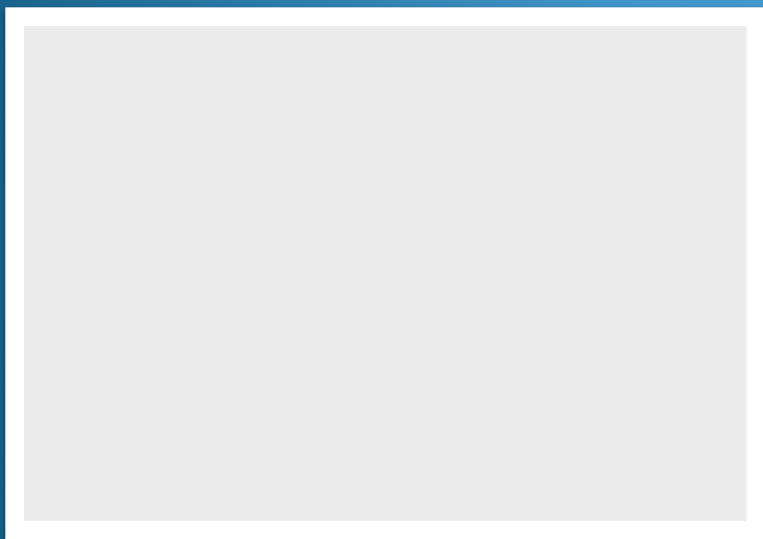


Сегодня модно быть  
здоровым!

**НЕТ – вредным привычкам!**



«В здоровом теле – здоровый  
дух!»



# Значимость плавания для здоровья человека

- Плавание повышает общую выносливость организма.
- Плавание помогает закаливанию организма, повышает иммунитет.
- Регулярные занятия плаванием укрепляют нервную систему, повышают настроение, помогают справиться со стрессами и бессонницей.
- Занятия плаванием способствуют укреплению сердечнососудистой системы.
- Плавание благоприятно воздействует на органы дыхания.
- Плавание помогает укреплению всех групп мышц.
- Плавание снижает нагрузку на позвоночник, что помогает в формировании правильной осанки.
- Плавание укрепляет суставы и весь опорно-двигательный аппарат, развивает гибкость.
- Плавание помогает в борьбе с лишним весом и очень полезно для формирования красивой фигуры.

**Спасибо за  
внимание!**