ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

14 ноября 2017 года в рамках социального проекта «Траектория движения» методист по физкультурно – спортивной направленности Шивырталова Елена Ивановна провела ознакомительное занятие для педагогического коллектива «Лечебная гимнастика в профилактике профессиональных заболеваний педагогов».

Основная цель мероприятия – пропаганда здорового образа жизни и профилактика остеохондроза позвоночника у педагогов.

На занятии присутствовало 12 человек. Сотрудники ЦТР познакомились с разнообразием упражнений лечебной гимнастики, которые можно выполнять и на организованном занятии и в домашних условиях.

Положительные эмоции и приятные отзывы участников – стимул для продолжения занятий в рамках проекта. Цель – увеличение количества занимающихся, расширение спектра оздоровительных гимнастик.