

# Движение – это жизнь!

В ГБУСО «Пятигорский КЦСОН» функционирует зал для занятий лечебной физкультурой. Занятия проводит квалифицированный специалист, подбирая индивидуально курс к каждому ребёнку.

Лечебная физкультура – это настояще спасение для детей с особыми потребностями. Специально подобранный курс поможет как можно дольше таким детям обходиться без сторонней помощи.

В современном мире лечебная физкультура стала неотъемлемой частью детского здоровья. В основе лечебной физкультуры лежит использование основной функции нашего организма – движение.

Занятия лечебной физкультурой способствуют гармоничному развитию опорно-двигательного аппарата, правильному

формированию осанки, укреплению мышц спины. Лечебная физкультура развивает выносливость, силу, улучшает координацию движений. Способствует укреплению мышц и их растяжке. Быстро и без медикаментов помогает избавиться от проблем с сухожилиями, суставами, мышцами, нервами. Нормализует физическое состояние ребёнка и координацию движений. Благодаря правильно подобранному курсу занятий лечебной физкультуры у детей также укрепляется иммунитет. Организм становится менее восприимчивым к различным возбудителям заболеваний. Ребёнок легче адаптируется к школе. Нормализуется работа всего организма, улучшается сон и аппетит.

**Пресс-служба ГБУСО «Пятигорский КЦСОН».**