

ДВИЖЕНИЕ – ЭТО ЖИЗНЬ!

С июня 2018 года в отделении социальной помощи семье и детям ГБУСО «Пятигорский комплексный центр социального обслуживания населения» возобновились занятия лечебной физкультурой и оздоровительной гимнастикой.

Они проводятся в индивидуальной и групповой форме. Инструктором ЛФК разработаны специальные комплексы упражнений. Программа занятий подбирается исходя из возраста ребенка, уровня его развития, специфики психики и моторики. Независимо от того, на какую часть тела направлены упражнения, происходит стимуляция деятельности всего организма. Кроме того, занятия имеют большое воспитательное значение, способствуют организации детского коллектива, вносят элементы дисциплинированности в поведение детей, повышают их настроение, а также эмоциональный тонус.

Как правило, одно занятие состоит из десяти-двенадцати простых упражнений, и его продолжительность в среднем должна составлять 20 минут. Отличительной чертой ЛФК для детей является большое количество игровых упражнений.

«Движение – это жизнь!» – именно под таким девизом 2 октября в отделении социальной помощи семье и детям, в рамках празднования Дня детского здоровья, прошли веселые старты, в которых приняли участие самые юные клиенты учреждения. Малыши активно соревновались между собой, преодолевая вместе с мамами различные препятствия, выполняя упражнения на скорость и смекалку.