

Спортивная секция «Здоровый малыш»

Руководитель: инструктор по физической культуре
Паршукова Ольга Борисовна.

Занятия 2 раза в неделю, во второй половине дня.
Возраст с 3^х лет.

Сегодня жизнь ставит перед нами много новых проблем, среди которых самой актуальной на сегодняшний день является проблема сохранения и укрепления здоровья. В настоящее время общество стремится к тому, чтобы все дети, начиная с раннего возраста, росли здоровыми и гармонически развитыми.

Используемые разнообразные упражнения позволяют детям развивать физические качества. Работа спортивной секции предусматривает использование комплекса самомассажа, дыхательной гимнастики, стретчинга, которые нужны не только для профилактики заболеваний, но и нацелены на воспитание чувства ответственности за свое здоровье.

**Здоровые дети - это
великое счастье.**

