



Спортивное лето в ОЛ «Родничок»

С 4 по 21 июля проходит 3 смена в оздоровительном лагере «Родничок». В лагере большое внимание уделяется спортивному воспитанию. С отдыхающими детьми работают опытные инструкторы-методисты по физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работе РУП «Белтелеком».

В начале смены со всеми детьми был проведен инструктаж по технике безопасности при занятиях физической культуры и спортом. А со всеми вожатыми проведен инструктаж по технике безопасности при занятии на уличных тренажерах, площадке WorkOut и детских тренажерах «Детская горка» и «Лабиринт».

Постоянные физические упражнения повышают иммунитет, укрепляют мышцы, кости, суставы, что способствует формированию правильной осанки. Поэтому ежедневно под присмотром вожатых дети занимаются на детских спортивных тренажерах.

Активный спорт усиливает обмен веществ, заряжает организм энергией, сжигает углеводы, улучшает кровообращение. Опытные инструкторы-методисты среди детей проводят подвижные спортивные игры, дружеские турниры по пионерболу, футболу, бадминтону. Ну, а если погодные условия не позволяют играть на свежем воздухе, то всегда можно провести время за игрой в настольный теннис, аэрохоккей или настольный футбол.

Спорт укрепляет здоровье человека, поэтому надо прививать ребенку любовь к физической активности с малых лет.















[Подписка](#)

Source URL: <https://mpt.gov.by/node/4904>