

Методики профилактики сколиоза, разработанные экспертами "Центра Дикуля", внедряют в иркутских школах

Для учителей физкультуры проведут обучающие семинары. Об этом сегодня рассказали городские чиновники во время посещения реабилитационного центра.

В школе - за партой, дома - за компьютером. Результат: у каждого второго ребенка или подростка Приангарья искривление позвоночника, сколиоз, сутулость и другие проблемы со спиной. Причина в гиподинамии, говорят специалисты. И проблему надо решать на уроках физкультуры. Сегодня городские чиновники приехали в "Центр Дикуля", чтобы посмотреть, какие методики профилактики сколиоза можно адаптировать для общеобразовательных школ. "Практика показывает, что на всех тренировках, как в спортивных школах, так и на уроках физкультуры используются 2 аспекта: силовые упражнения и растяжка. Нет дыхания и расслабления. А надо соблюдать все четыре позиции", - сказал Павел Шапошников, директор "Центра Дикуля".

Павел Шапошников отметил: в каждой школе должны быть тренажерные залы, но это пока только идеал, поэтому исправлять осанку ученикам надо на обычных занятиях физкультурой. Причем, используя опыт экспертов, которые работают с тяжелыми формами ортопедических заболеваний, плюс, не забывать про плавание, лыжи, игровые виды спорта. "Сегодня достигнута договоренность, что специалисты, которые владеют специальными методиками, направленными на профилактику сколиоза, будут проводить семинары-тренинги, которые включают в себя и теоретические, и практические аспекты. Где будут показаны элементы профилактики сколиоза. По тем методикам, которые существуют в физической культуре", - говорил Виктор Басюк, начальник Управления образования администрации г. Иркутска.

Провести такие семинары с учителями физкультуры планируют до конца учебного года, чтобы уже в следующем занятии проходили по новым методикам профилактики сколиоза.

[👍 Порекомендовать текст](#)

Поделиться в соцсетях:

Также читайте эксклюзивную информацию в соцсетях:

- [Телеграм](#)
- [Джем](#)
- [ВКонтакте](#)
- [Одноклассники](#)

Связаться с редакцией Бабра в Иркутской области:

irkbabr24@gmail.com

НАПИСАТЬ ГЛАВРЕДУ:

Телеграм: [@babr24_link_bot](https://t.me/babr24_link_bot)

Эл.почта: newsbabr@gmail.com

ЗАКАЗАТЬ РАССЛЕДОВАНИЕ:

эл.почта: bratska.net.net@gmail.com

КОНТАКТЫ

Бурятия и Монголия: Станислав Цырь

Телеграм: @bur24_link_bot

эл.почта: bur.babr@gmail.com

Иркутск: Анастасия Суворова

Телеграм: @irk24_link_bot

эл.почта: irkbabr24@gmail.com

Красноярск: Ирина Манская

Телеграм: @kras24_link_bot

эл.почта: krasyar.babr@gmail.com

Новосибирск: Алина Обская

Телеграм: @nsk24_link_bot

эл.почта: nsk.babr@gmail.com

Томск: Николай Ушайкин

Телеграм: @tomsk24_link_bot

эл.почта: tomsk.babr@gmail.com

[Прислать свою новость](#)

ЗАКАЗАТЬ РАЗМЕЩЕНИЕ:

Рекламная группа "Экватор"

Телеграм: @babrobot_bot

эл.почта: eqquatoria@gmail.com

СТРАТЕГИЧЕСКОЕ СОТРУДНИЧЕСТВО:

эл.почта: babrmarket@gmail.com

[Подробнее о размещении](#)

[Отказ от ответственности](#)

[Правила перепечаток](#)

[Соглашение о франчайзинге](#)

[Что такое Бабр24](#)

[Вакансии](#)

[Статистика сайта](#)

[Архив](#)

[Календарь](#)

[Зеркала сайта](#)