

Самомассаж как эффективный прием здоровьесберегающих технологий

Семинар-практикум

23.03.2018 г.

Преподаватель: Балынин Олег Эрлихович, педагог дополнительного образования высшей квалификационной категории МОУДО ДЦ «Восхождение»

Содержание занятия: Особенности упражнений самомассажа: основы, техника выполнений, действия на организм, возможности применения в различных группах, в различных моментах образовательного процесса. Разучивание различных приемов самомассажа.

