



## Забота о здоровье прежде всего!!

Универсальной организационной формой двигательной активности является производственная гимнастика. Физические упражнения, применяемые в производственной гимнастике, могут и должны быть рекомендованы любому человеку, независимо от наличия профессиональных факторов риска и, особенно, при их наличии. Производственная гимнастика – это набор физических упражнений, которые выполняются на рабочем месте и включаются в режим рабочего дня с целью повышения работоспособности, укрепления здоровья и предупреждения утомления.

В рамках реализации профилактического проекта «Иваново-здоровый город» во многих организациях внедрена практика проведения на рабочих местах производственной гимнастики. На фото мероприятие в ГУО «СШ №2 г. Иваново».

