



Презентация

По психологии
студенток 84 группы
ГАОУ СПО НСО «БМК»
Никольской Татьяны и
Воробьёвой Маргариты
на тему: «Море-терапия»



Талассотерапия

(от др. греч. thalassa — море; therapia — лечение) - направление альтернативной медицины, один из разделов натуропатии, рассматривающий целебные свойства приморского климата, морской воды, водорослей, морских грязей и других продуктов моря и их применение с целью излечения различных заболеваний.



Море

Для многих отпуск или каникулы ассоциируются именно с морем.

Там происходит самая лучшая эмоциональная и физическая разгрузка. Человек отдыхает душой и телом.



Уезжая на море, мы меняем город, наполненный шумом машин и вечной суетой, на плеск волн, шорох песка и крики чаек. Шум прибоя успокаивает, расслабляет, наполняет покоем душу и тело. Мы забываем обо всех проблемах, полностью погрузившись в мир природы.



Польза

Море может не только успокоить, но и взбодрить, если заняться дайвингом, плаванием на перегонки, сёрфингом, а также помочь сбросить лишний вес.



Можно выбрать занятие и менее экстремальное: прогулка по побережью, катание на катерах, теплоходах, экскурсии и т.д.



- Шум прибоя, слепящее солнце, тёплая, мягкая вода- это всё благоприятно влияет на эмоциональное состояние человека. Вернувшись, остаются приятные воспоминания на долго



Источники

- <https://www.yandex.ru/>
- <https://yandex.ru/images/>
- <https://ru.wikipedia.org/wiki/Талассотерапия>
- <http://www.vashaibolit.ru/9033-polza-morya-dlya-zdorovya-cheloveka.html>



A sunset over a body of water with the text 'Спасибо' overlaid.

Спасибо

за

внимание!