

ZAJĘCIA KOREKCYJNE DLA DZIECI

NA ZAJĘCIA ZAPRASZAMY DZIECI W WIEKU 2-3-4 WRAZ Z RODZICAMI.

ZAJĘCIA MAJĄ NA CELU KONTROLĘ I TOROWANIE PRAWIDŁOWEGO ROZWOJU PSYCHOMOTORYCZNEGO PAŃSTWA POCIECHY.

PODCZAS PROWADZONYCH ZAJĘĆ DBAMY O ROZWÓJ DZIECI, JAK I O ICH:

- PRAWIDŁOWE NAPIĘCIE MIĘŚNIOWE, KTÓRE MA BARDZO DUŻY WPŁYW NA PRAWIDŁOWE DORASTANIE, KONCENTRACJĘ I PRZYSWAJANIE WIADOMOŚCI
- ZACHOWANIE KRZYWIZN KRĘGOSŁUPA,
- PRAWIDŁOWE USTAWIENIE STÓP,
- ODPOWIEDNI CHÓD.

PODCZAS ZAJĘĆ DZIECIOM TOWARZYSZY AKOMPANIAMENT MUZYCZNY, KTÓRY WPŁYWA POZYTYWNE NA ICH STAN FIZYCZNY I PSYCHICZNY. TA FORMA REKREACJI RUCHOWEJ PRZY RELAKSACYJNEJ MUZYCE, DOPASOWANA JEST DO POTRZEB PAŃSTWA DZIECKA.

ZAJĘCIA POLEGAJĄ NA ZASTOSOWANIU ĆWICZEŃ, KTÓRE KORYGUJĄ BĄDŹ ZMNIEJSZAJĄ WADY POSTAWY.

W RAMACH ZAJĘĆ PROWADZIMY:

- KSZTAŁTOWANIE NAWYKU PRAWIDŁOWEJ POSTAWY
- WYGASZANIE NIEPRAWIDŁOWYCH NAWYKÓW
- WYRABIANIE U DZIECKA PRAWIDŁOWEJ POSTAWY PODCZAS CZYNNOŚCI ŻYCIA CODZIENNEGO
- WYTWARZANIE STABILIZACJI MIĘŚNIOWO-WIĘZADŁOWEJ KRĘGOSŁUPA
- ROZCIĄGANIE MIĘŚNI NADMIERNIE PRZYKURCZONYCH I SKRACANIE NADMIERNIE ROZCIĄGNIĘTYCH
- ZWIĘKSZENIE ZAKRESU RUCHU W STAWACH I ZNOSZENIE OGRANICZEŃ

–WZMOCNIENIE OSŁABIONYCH GRUP MIĘŚNI

PODSTAWOWYMI WADAMI POSTAWY, KTÓRE MOGĄ BYĆ PODDAWANE GIMNASTYCE KOREKCYJNEJ SĄ:

- PLECY OKRĄGŁE
- PLECY WKŁĘSŁE
- PLECY PŁASKIE,
- SKOLIOZA
- KOŚLAWE I SZPOTAWY KOLANA
- PŁASKOSTOPIE

—

JEST TO AKTYWNA GODZINA SPĘDZONA WSPÓLNIE ZE SWOJĄ POCIECHĄ!!!

ZAJĘCIA BĘDZIE PROWADZIĆ JOANNA BENEDICT - MGR FIZJOTERAPII, KTÓRA UKOŃCZYŁA UNIWERSYTET MEDYCZNY W GDAŃSKU.

ZAPRASZAMY NA ZAJĘCIA W PONIEDZIAŁEK O 17.00,
FITNESS KLUB AKADEMOS TEREN AWFIS UL. K. GÓRSKIEGO 1

(WIĘCEJ INFORMACJI POD NUMEREM TEL **509 734 711**)