

# GIMNASTYKA KOREKCYJNA



zdolności motoryczne.

Program skierowany jest do dzieci, u których wykryto nieprawidłowości w postawie ciała (klasy 0-2)

Zajęcia są połączeniem zabaw ruchowych i ćwiczeń korygujących wady postawy.

W trakcie lekcji dzieci rozciągają oraz wzmacniają mięśnie, wyrabiają odruchy prawidłowej postawy ciała oraz rozwijają

## **Zdobyte umiejętności:**

- Kształtowanie pozytywnego stosunku dziecka do świadomego uczestnictwa w zajęciach.
- Podniesienie ogólnej sprawności fizycznej i wydolności organizmu dziecka poprzez ćwiczenia kształtujące, oddechowe, wytrzymałościowe, zabawy i gry ruchowe z elementami ćwiczeń korekcyjnych.
- Wyrabianie u dzieci nawyku utrzymywania prawidłowej pozycji ciała podczas wykonywania wszystkich czynności w życiu codziennym.
- Wdrażanie do świadomego eliminowania czynników wpływających na pogłębianie i utrwalanie istniejących trudności.
- Wyrabianie nawyku prawidłowej postawy ciała.

**Zajęcia kierowane dla uczniów klas 0-2.**

**Zajęcia odbywają się raz w tygodniu, czas trwania zajęć 45 min.**

**Maksymalna ilość uczestników - 8**

**Wymagany strój sportowy.**

**Zapisy przez librusa.**

**Zapraszam  
Agnieszka Puchala**