

## **Zajęcia specjalistyczne dla uczniów ze specjalnymi potrzebami rozwojowymi i edukacyjnymi ukierunkowany na korygowanie wad postawy – dla I klasy w ramach projektu „Szkoła Sukcesu”.**

Zajęcia te mają na celu edukowanie dzieci w obszarze prozdrowotnym. Podczas nich dziecko kształtuje i przyswaja wiedzę na temat tego, w jaki sposób utrzymać i wykształcić nawyk prawidłowej postawy. Zajęcia te mają charakter kompensacyjny, a także profilaktyczny. Podczas zajęć uczniowie oprócz ćwiczeń ogólnorozwojowych i specjalistycznych, które są dostosowane do konkretnej wady postawy, wykonują również szereg innych ćwiczeń, są wśród nich ćwiczenia: wzmacniające, elongacyjne, antygravitacyjne, rozciągające, a na zakończenie oddechow. Uczniowie korzystają z wielu przyborów oraz przyrządów, które uatrakcyjniają proces ćwiczeń.

### **Założenia programowe**

Podczas zajęć uczniowie starają się wypracować prawidłowy nawyk postawy ciała, poprzez dostosowanie odpowiednio dobranych ćwiczeń. Dzieci uświadamiają sobie jak można zapobiegać powstaniu wady postawy, a także potrafią wskazać czynniki które powodują pogłębienie tych wad. Zajęcia mają też zmotywować uczniów do ćwiczeń i pokazać im jak ważna jest aktywność fizyczna. Założeniem jest również wyrobienie w uczniach zachowań, które będą polegały na autokorekcji postawy ciała.



