

Pracownia rehabilitacyjna

Podstawowym celem zajęć w pracowni rehabilitacyjno - sportowej jest uaktywnienie fizyczne uczestników biorąc pod uwagę różnorodność schorzeń i kondycję psychiczną podopiecznych. Program rehabilitacji ruchowej jest kompleksowym procesem oddziaływania, na który składają się między innymi: gimnastyka korekcyjna mająca na celu zwalczanie, przeciwdziałanie wadom postawy i dysfunkcjom narządu ruchu, ćwiczenia ogólnie usprawniające mające na celu poprawę ogólnej kondycji ruchowej, utrzymanie i wzmocnienie siły mięśniowej, zachowanie pełnego zakresu ruchu w stawach, ćwiczenia relaksacyjne, ćwiczenia oddechowe, zajęcia teatralno- taneczne z elementami choreoterapii, które mają na celu podtrzymanie ogólnej sprawności ruchowej, rozładowanie napięć psychicznych, poprawę stanu psychofizycznego, polepszenie samopoczucia, pobudzenie aktywności. Ponadto prowadzona jest także rehabilitacja lecznicza uwzględniająca współistniejące choroby somatyczne a realizowana na podstawie zaleceń lekarskich, obejmująca ćwiczenia specjalistyczne i zabiegi fizykoterapeutyczne (elektroterapia, naświetlania lampą solux, masaż klasyczny). Osoby sprawne fizycznie biorą udział w zajęciach o charakterze sportowym. Jednocześnie w ramach pracowni prowadzone są zajęcia przygotowujące uczestników do zawodów sportowych.