

Terapia ruchowa

Ruch to najbardziej naturalna i podstawowa aktywność człowieka. Ruch służy poznawaniu samego siebie, własnego ciała, otaczającej przestrzeni, służy nawiązywaniu kontaktu z innymi i porozumiewaniu się z nimi.

Zasadniczym celem terapii ruchem jest pobudzenie i usprawnianie aktywności ruchowej- usprawnianie dużej i małej motoryki, kształtowanie umiejętności wykonywania ruchów ukierunkowanych na poszukiwanie bodźców zmierzających do gromadzenia informacji w różnych sferach sensorycznych.

Cele szczegółowe to dążenie do integracji czynności zmysłowo- ruchowo-czuciowych, kształtowanie poczucia własnego ciała i kontroli poruszania się, usprawnianie koordynacji wzrokowo- ruchowej, kształtowanie poczucia własnej siły, rozwijanie własnej aktywności, świadomości przestrzeni, dzielenia jej z innymi, kształtowanie zaufania do drugiego człowieka i nawiązywanie z nim pozytywnych relacji.

Powyższe cele realizujemy na naszych zajęciach z terapii ruchem. Realizujemy je wykorzystując takie działy fizjoterapii, jak kinezyterapia oraz masaż leczniczy.

Kinezyterapia (z języka greckiego kinesis – ruch) jest podstawowym działem fizjoterapii. Obejmuje całość zagadnień związanych z wykorzystaniem ruchu jako środka leczniczego. Posługuje się ruchem tj. ćwiczeniami fizycznymi, które stymulują działanie całego organizmu. Kinezyterapia może oddziaływać miejscowo lub ogólnie. Kinezyterapia miejscowa skupia wszystkie działania na chorym narządzie ruchu, jej celem jest przywrócenie utraconych funkcji lub wytworzenie mechanizmów kompensacyjnych. Ogólnoustrojową wydolność może poprawić kinezyterapia ogólna, której zadaniem jest zwiększanie siły mięśniowej lub przeciwdziałanie jej zmniejszeniu, zwiększanie wydolności fizycznej i sprawności ruchowej całego organizmu, stwarzanie możliwości kompensacji utraconych funkcji, pobudzanie układu krążenia i układu oddechowego, a także niesprawności ruchowej i funkcjonalnej związanej z wiekiem starczym.

Masaż leczniczy, będący jedną z najstarszych technik terapeutycznych. Jest to forma terapii wykorzystująca ucisk mechaniczny na tkanki ustroju, wywierany najczęściej rękami terapeuty. Ręczny masaż pozwala na palpacyjną ocenę reaktywności tkanek masowanych oraz na ocenę występowania zmian tkankowych tj. ocenę zgrubień łącznotkankowych, nadwrażliwości bólowej, przeczulicy oraz zmian napięcia mięśniowego.

Naszym zajęciom towarzyszy uśmiech i radość, a tam, gdzie jest radość wszystko wydaje się... i jest prostsze! Każda aktywność, której towarzyszy śmiech i zadowolenie bardziej zbliża nas do wyznaczonych celów!

Nasi podopieczni pod okiem wykwalifikowanego fizjoterapeuty biorą udział w indywidualnej i grupowej terapii ruchem(rehabilitacji).

Wszystkie zajęcia są prowadzone zgodnie z założeniami Indywidualnego Programu Postępowania Wspierająco-Aktywizującego podopiecznych i są dostosowane do ich potrzeb i możliwości.