

A stack of books is shown, with a prominent red and yellow horizontal band across the middle. The text is overlaid on this band. The books have various spines, including one with a red cover and another with a white cover and purple text.

# ПРИНЦИПИ КИНЕЗИТЕРАПИЈЕ И КОРЕКТИВНЕ ГИМНАСТИКЕ

## ★ ПОЗИТИВАН ЕФЕКАТ КОРЕКТИВНЕ ГИМНАСТИКЕ?



### Принцип МОТИВАЦИЈЕ

- Успешност реализације овог принципа високо корелира са нивоом интелигенције самог детета.
- Ангажовање родитеља детета има битан утицај на успешну реализацију овог принципа.



### Принцип РАНОГ ПОЧЕТКА

- Превентивне и корективне вежбе требају бити део редовног физичког вежбања.
- Рано откривање представља пут ка сигурној потпуној корекцији лошег постуралног статуса.



## ★ ПОЗИТИВАН ЕФЕКАТ КОРЕКТИВНЕ ГИМНАСТИКЕ?

### ➔ Принцип АНАЛИЗЕ ВЕЖБИ

— Вежба мора бити персонализована.

— Вежбе у почетку морају бити аналитичког карактера (само један зглоб).

— Вежбе у зависности од стања мускулатуре током процеса вежбања могу да се замене вежба комплексног-синтетичког карактера.



### ➔ Принцип РАЗУМЕВАЊА ВЕЖБИ

— Дете-клијент након приказа, демонстрације, вежби мора бити способан да их сам правилно изведе.



## ★ ПОЗИТИВАН ЕФЕКАТ КОРЕКТИВНЕ ГИМНАСТИКЕ?

### ➔ Принцип ИЗБЕГАВАЊЕ БОЛА

Бол је један од најбитнијих симптома који треба успешно савладати.

Бол компликује извођење сваке вежбе, те страх од бола неће дозволити да се вежба оптимално изведе.



### ➔ Принцип ПОСТУПНОСТИ

Вежбе изводити од лакших ка тежим.

Свака вежба се мора изводити поступно, у складу са правилима дозирања и могућностима онога ко вежбу изводи.

Интензитет вежби мора бити одговарајући, тако да свака наредна вежба буде са нешто већим оптерећењем.



## ★ ПОЗИТИВАН ЕФЕКАТ КОРЕКТИВНЕ ГИМНАСТИКЕ?

### ➔ Принцип СИСТЕМАТИЧНОСТИ

— Сви елементи дозирања требају бити заступљени у подједнакој мери.

### ➔ Принцип КОНТИНУИТЕТА

— Осигурава трајност у раду.

— Неопходност укључивања родитеља у сам рад са дететом.

— Овај принцип подразумева и превентивно деловање (давати инструкције детету како се треба понашати током слободног времена како би позитивно утало на свој постурални статус).

Вежба	Пауза након вежбе	Серија	Понављаји у серији	Пауза након серије
1	60s	4	10	20s
2	60s	4	10	20s
3	60s	4	10	20s
4	60s	4	10	20s



## ★ ПОЗИТИВАН ЕФЕКАТ КОРЕКТИВНЕ ГИМНАСТИКЕ?

### ➔ Принцип АКТИВНОГ УЧЕШЋА

- Потпуно ангажовање клијента-детета током самог процеса вежбања.



### ➔ Принцип УПОРНОСТИ

- Неопходност овог принципа огледа се у томе што програми превенције и корекције постуралног статуса трају прилично дуго (неколико месеци, година).



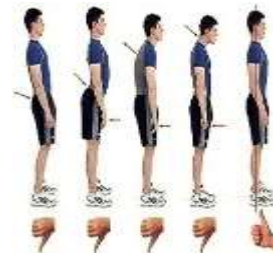
## ★ ПОЗИТИВАН ЕФЕКАТ КОРЕКТИВНЕ ГИМНАСТИКЕ?

### ➔ Принцип ИЗБЕГАВАЊЕ МОНОТОНИЈЕ

- Стереотипност не сме постојати у раду ове врсте програма вежбања.
- Креативност и динамичност у складу са могућностима детета-клијента могу утицати позитивно на испуњење овог принципа.

### ➔ Принцип ЗАПИСИВАЊА И КОНТРОЛИСАЊА

- Евиденција, анализа и контрола стања постуралног статуса детета-клијента.



PresenterMedia



ХВАЛА НА ПАЖЊИ 😊😊😊

