Państwowy Fundusz Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych

"Możemy więcej" Kompleksowa rehabilitacja i zwiększenie samodzielności osób z niepełnosprawnością - Mieszkańców DPS KSNAW w Brwinowie.

Trening aktywności ruchowej

- Poprawa ogólnej kondycji ruchowej.
- Poprawa siły mięśniowej.
- Usprawnianie zakresu ruchu w stawach.
- Usprawnianie elastyczności mięśni.
- Utrzymywanie prawidłowej (pionowej) postawy
- Kształtowanie prawidłowego chodu.
- Usprawnianie motoryki małej i dużej.
- Poprawa koordynacji wzrokowo-ruchowej.
- Poprawa funkcji krążeniowo- oddechowych.
- Poprawa estetyki funkcji ruchowych.
- Doskonalenie i utrwalanie sprawności manualnych

Państwowy Fundusz Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych

"Możemy więcej" Kompleksowa rehabilitacja i zwiększenie samodzielności osób z niepełnosprawnością - Mieszkańców DPS KSNAW w Brwinowie.

Trening aktywności ruchowej

Ewaluacja zajęć 01.07 – 30.09 2026r

W tym okresie naszych zajęć korzystaliśmy głównie z uroków pięknej pogody oraz możliwości korzystania ze świeżego powietrza na zewnątrz. Skupiliśmy się na zajęciach rekreacyjno-sportowych poprawiających funkcje krążeniowo-oddechowe, usprawniając przy tym zakres ruchu w stawach oraz elastyczność mięśni. Część mieszkańców nauczyło się jazdy na rowerze trójkołowym co przyczyniło się to w dużej mierze do poprawy motoryki małej i dużej. Celem poprawy koordynacji wzrokowo ruchowej, usprawnienia siły mięśniowej oraz poprawy ogólnej kondycji ruchowej organizowaliśmy grupowe zawody sportowe oraz rozgrywki i gry zespołowe na świeżym powietrzu co wniosło dodatkowo pozytywny aspekt ducha rywalizacji oraz dobrą zabawę. W międzyczasie regularnie wychodziliśmy grupowo na długie spacery do pobliskich parków. Kiedy pogoda nie dopisywała ćwiczenia odbywały się na sali rehabilitacyjnej, w których skupialiśmy się w dużej mierze na doskonaleniu i utrwalaniu sprawności manualnych oraz kształtowaniu prawidłowej postawy ciała.

Państwowy Fundusz
Rehabilitacji Osób
Niepełnosprawnych

"Możemy więcej" Kompleksowa rehabilitacja i zwiększenie samodzielności osób z niepełnosprawnością - Mieszkańców DPS KSNAW w Brwinowie.



Państwowy Fundusz Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych

"Możemy więcej" Kompleksowa rehabilitacja i zwiększenie samodzielności osób z niepełnosprawnością - Mieszkańców DPS KSNAW w Brwinowie.



Państwowy Fundusz Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych

"Możemy więcej" Kompleksowa rehabilitacja i zwiększenie samodzielności osób z niepełnosprawnością - Mieszkańców DPS KSNAW w Brwinowie.



Państwowy Fundusz
Rehabilitacji Osób
Niepełnosprawnych

"Możemy więcej" Kompleksowa rehabilitacja i zwiększenie samodzielności osób z niepełnosprawnością - Mieszkańców DPS KSNAW w Brwinowie.



