



*Predšolski oddelki s prilagojenim programom*

## Zimski športi Kaj bi lahko počeli pozimi?

Lahko izberete **smučanje**, tudi terapevtsko smučanje. Tako kot vsako leto ga tudi letos izvajamo v Predšolskih oddelkih s prilagojenim programom in otroci ob tem zelo uživajo.

Tako se lahko otrok nauči pravilne gibalne vzorce uporabiti tudi v drugi situaciji, ne samo v fizioterapevtski obravnavi.

Recipročno gibanje, sprememba smeri gibanja, občutenje hitrosti in obvladovanje prostora...vse to so stvari, ki jih lahko ob terapevtskem smučanju približamo otroku.

Tudi **sankanje** na ustrezno širokih saneh nam ponuja veselje do gibanja, vajo dinamičnega ravnotežja, vestibularne dražljaje in novo senzorno-gibalno izkušnjo.

Prav tako **kotaljenje po hribu, kepanje ali drsanje** lahko nudijo možnost za odkrivanje novih dimenzij gibanja in lahko vzpodbudijo možgane k ustvarjanju novih nevronske povezav.

Tanja Dvoršak, dipl. fizioterapevt

