**Курс коррекции с использованием техник УШУ и карате**

**на основе телесно-ориентированной психотерапии и нейропсихологии**

Физические упражнения необходимы для общего развития ребенка, и это понимает каждый здравомыслящий родитель. Но далеко не все знают, что физические упражнения в сочетании с упражнениями и техниками телесно-ориентированной психотерапии, а также некоторыми элементами и подходами практической нейропсихологии способствуют не только последовательному и закономерному прохождению онтогенетических этапов развития ребенка, но и позволяют быстрее корректировать, при необходимости, различные неврологические и физиологические нарушения в его поведении.

Наши занятия построены таким образом, что при выполнении детьми физических упражнений на основе единоборств и телесно-ориентированной психотерапии происходит гармонизация их психической и физической активности: ребята, изучая техники единоборств, вырабатывают реакцию, координацию; укрепляют  мышцы тела, выполняя специально разработанные комплексы упражнений; учатся взаимодействовать с окружающими попарно и в общей группе. Во время группового занятия проводится, если это необходимо, индивидуальная нейропсихологическая коррекция.

Перед началом занятий определяются конкретные задачи для каждого ребенка: от укрепления физического состояния или улучшения техники проведения поединка до устранения психологических комплексов, аутичных симптомов и развития высших психических функций.

В группе могут заниматься до 7 человек. Это способствует одновременно оптимальному распределению ролей внутри детского коллектива и дает возможность тренеру индивидуально подходить к каждому воспитаннику.

Рекомендованный возраст занятий – от 4 лет.

Возможны индивидуальные занятия, а также занятия для детей с ограниченными возможностями.

Рекомендуемая частота посещения – 2–4 занятия в неделю.

Продолжительность занятий – от 60 до 90 мин.