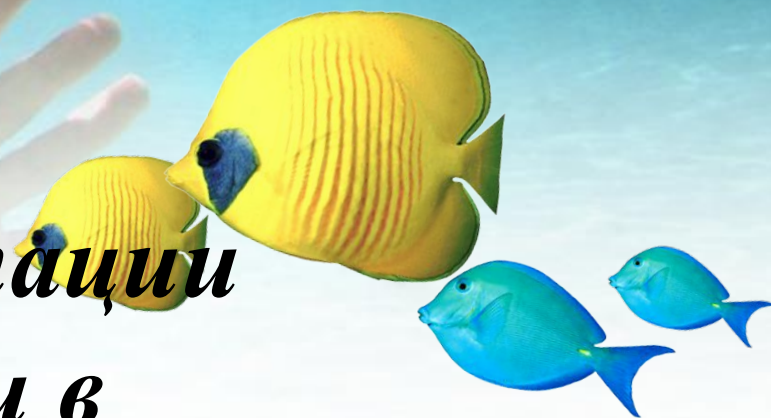
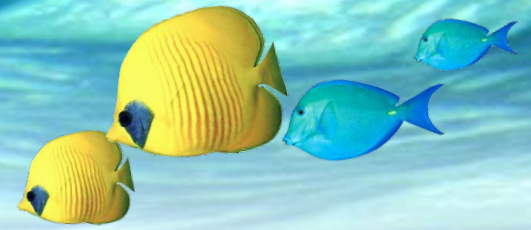



*Плавание в реабилитации
детей с нарушениями в
развитии.*



План



- Физическая реабилитация
- Оздоровительно-лечебное плавание
- Гидрокинезотерапия

An underwater scene with clear blue water. In the upper left, several bubbles of various sizes are rising. In the upper right, a group of fish is swimming: two large yellow tangs and two smaller blue tangs.

❖ *Физическая реабилитация* — лечебно-педагогический процесс восстановления здоровья и трудоспособности с помощью физических факторов (физическая культура, массаж, физиотерапия, природные факторы).

Основное средство физической реабилитации — лечебная физическая культура, одной из форм которой является оздоровительное плавание.



Оздоровительно-лечебное плавание — незаменимый вид физических упражнений для людей, имеющих существенные ограничения для занятий физической культурой на суше (варикозное расширение вен, опущение внутренних органов, остеохондроз, гипертония и др.)- В связи с этим плавание применяется в лечебных учреждениях как форма физической реабилитации.

Гидрокинезотерапия – это уникальный метод нефармакологической коррекции, который вобрал в себя все лучшее, что есть в лечебной гимнастике (кинезотерапия) и целебных водных процедурах (гидротерапия).






Гидрокинезотерапия находится на стыке различных методов физиотерапевтического воздействия и эффективна при лечении многих заболеваний.

Увеличение двигательной активности улучшает работу кардио- респираторного тракта, в области позвоночника способствует притоку артериальной крови и ускоряет отток лимфы и венозной крови.



В результате улучшается трофика и оксигенация тканей, уменьшается выраженность отека и воспаления, блокируется синтез провоспалительных простагландинов и других медиаторов воспаления.

Активные движения в суставах повышают синтетическую активность хондроцитов и фибробластов и стимулируют неоколлагенез и хондрогенез.



Это способствует обновлению коллагенового каркаса соединительной ткани, образованию синовиальной жидкости и формированию новых элементов хряща.

Правильно организованные занятия плаванием разносторонне и гармонично развивают человека, способствуют формированию силы, выносливости, ловкости, быстроты и закаливания.



Методика обучения плаванию детей с ДЦП включает этапы формирования двигательных действий

- ❖ «Концентрация» (от момента постановки инструктором и ребенком двигательной задачи до первой попытки выполнения двигательного действия с помощью инструктора)...
- ❖ «Опознание» (от первой попытки выполнения двигательного действия с помощью инструктора до попытки его самостоятельного выполнения)
- ❖ «Реализация возможностей» (от первой попытки самостоятельного выполнения двигательного действия до соответствия двигательной задаче)
- ❖ «Совершенствование» (от неоднократного выполнения двигательного действия в соответствии с двигательной задачей до момента постановки следующей двигательной задачи)







LOGO

Спасибо

