

**«Движение может по своему действию
заменить любое средство, но все лечебные
средства мира не могут заменить
действия движения».
Клемент Тиссо**

Адаптивная физическая культура как вариативная форма физического воспитания детей с ДЦП



**Автор: Инструктор ФИЗО
ГБДОУ №17
Выжлова Н.В.**

Частота детской инвалидности в России

В РФ насчитывается более 2 млн. детей с ограниченными возможностями здоровья (более 8% всех детей).

Из них около 700 млн. составляют дети-инвалиды (2% детского населения).

Частота рождения детей с признаками ДЦП 5-6 случаев на 1000 новорожденных.

В структуре детских заболеваний инвалидность вследствие ДЦП занимает лидирующее положение.

Детский церебральный паралич -
органическое поражение мозга (его отдельных
участков).

Возникает:

- во время внутриутробного развития плода (57%)
 - в момент родов (40%)
 - в раннем послеродовом периоде (3%)

Ведущими являются двигательные нарушения -
наблюдаются у 100% детей (речевые у 75% и
психические у 50% детей).

Эти нарушения могут быть различной степени
выраженности - от минимальных до
максимальных.

Структура двигательного дефекта при ДЦП



■

- наличие параличей и парезов (ограничение или невозможность произвольных движений)
- нарушение мышечного тонуса
- насильственные движения (гиперкинезы, тремор)
- несформированность реакций равновесия и координации движений (атаксия)
- нарушение ощущения движений (кинестезии)
- позотонические рефлексy

На основе этих нарушений формируются вторичные изменения в мышцах, костях и суставах (контрактуры и деформации).

ДЦП - диагноз страшный.

Мир наш очень ограничен.
Всё становится пространством
Неприступным, непривычным.
Трудно взять мне мяч и куклу,
Трудно сесть и встать мне
прямо.

Одеваться утром трудно.
Петь. Ходить. Тренироваться.
Только, к счастью, я упряма!

И всегда во мне упорство не
даёт сковать всё тело.

Верьте! Я смогу добраться.

Верьте - и я буду сильной,
смелой!

Говорить я буду лучше,
Ведь и вы не все умели!

Помогите! Поддержите!
Дайте мне дойти до цели!



Дети с ДЦП отличаются от сверстников

- быстрая утомляемость
- отсутствие интереса к занятиям
- медлительность
- низкая концентрация внимания, памяти, работоспособности
- нарушение пространственных представлений
- повышенная эмоциональная возбудимость, беспокойство
- неустойчивость настроения
- безынициативность
- чрезмерная чувствительность, пассивность
- излишняя расторможенность
- сложности с социальной адаптацией

Эффективность развития детей с ДЦП зависит от соблюдения ряда условий

- **своевременная и качественная диагностика заболевания**
- **ранняя коррекция поведенческих, нервно-психических и двигательных расстройств**
- **применение адаптированных программ и методов реабилитации, соответствующих реальным возможностям ребенка, удовлетворяющих его потребности**
- **постоянный, непрекращающийся характер процесса реабилитации**
- **благоприятная семейная обстановка и тесная связь учреждения с семьей**
- **создание мотивации (формирование интереса, желания и потребности работать - активное участие самого ребенка в процессе реабилитации), необходимость поощрения**

Основные принципы работы с детьми с ОВЗ

Участники педагогического процесса	Содержание деятельности	Формы работы
Учитель-логопед	Развитие речи, умения вести диалог, выход в самостоятельную речь. Совершенствование общеречевых навыков, закрепление лексико — грамматических категорий и развитие психических процессов. Рекомендации специалистам и воспитателям. Консультирование родителей.	Логопедическое обследование. Индивидуальная образовательная деятельность. Консультации родителей, педагогов.
Воспитатели группы, где есть ребенок с ОВЗ	Формирование командного взаимодействия. Обучение действиям в определённых ситуациях.	Деловые игры – тренинги. Консультации.
Семья	Включение в единое образовательное пространство «Детский сад – семья».	Родительские собрания. Консультации. Беседы. Круглые столы. Игры- тренинги. Приглашение родителей для участия в жизни группы. Наглядная информация. Мероприятия, досуги, праздники для родителей и детей.

Участники педагогического процесса	Содержание деятельности	Формы работы
Музыкальный руководитель	Развитие музыкальности детей, способности воспринимать музыку. Приобщение к музыкальному искусству.	Использование элементов музыкальной, танцевальной терапии с учетом рекомендаций педагога-психолога и учителя- логопеда. Организация совместных праздников и развлечений.
Инструктор по ФИЗО и плаванию	Развитие физических качеств. Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.	Диагностика физического развития. Выполнение рекомендаций специалистов. Индивидуальная коррекционная работа. Организация совместных праздников и развлечений. Утренняя гимнастика.
Педагог-психолог ЦПМСС	Профилактика и консультирование. Психологическая диагностика, психологическая коррекция. Определение модели воспитания, используемой родителями и диагностика их личностных характеристик.	Психолого-педагогическая диагностика особенностей развития ребенка (развитие психических процессов, развитие эмоционально-волевой сферы, индивидуальные особенности). Консультации для родителей и педагогов. Беседы. Использование элементов психотерапии. Игры – тренинги. Деловые игры. Мастер – классы.
Медсестра детской поликлиники	Контроль за организацией оздоровительных мероприятий и питанием детей.	Сезонные профилактические мероприятия.

АФК - адаптивная физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья

Цель АФК - нормализация двигательной деятельности ребенка (формирование основных двигательных навыков и умений), максимально возможное уменьшение степени ограничений жизнедеятельности, подготовка к социальной интеграции.

Основное средство АФК - физические упражнения.

Основные задачи АФК для детей с ДЦП

- **нормализация произвольных движений в суставах верхних и нижних конечностей**
- **улучшение деятельности сердечно-сосудистой, дыхательной систем организма**
- **формирование навыка правильной осанки и правильной установки стоп**
- **коррекция координационных нарушений**
- **тренировка мышечно-суставного чувства**
- **профилактика и коррекция тугоподвижности в суставах**
- **преодоление слабости отдельных мышечных групп**
- **нормализация тонуса мышц**
- **активизация психических процессов и познавательной деятельности**

Принципы физической реабилитации детей с ДЦП

- **регулярность, систематичность и непрерывность занятий физическими упражнениями;**
- **строгая индивидуализация физических упражнений в соответствии со стадией заболевания, его тяжестью, возрастом ребенка, его психическим развитием;**
- **постепенное, строго дозированное увеличение физической нагрузки.**

На занятиях АФК при ДЦП используют

- **пассивные, пассивно-активные упражнения**
- **активные упражнения**
- **упражнения на расслабление**
- **упражнения на растягивание**
- **дыхательные упражнения**
- **силовые и скоростно-силовые упражнения**
- **упражнения на координацию движений**
- **упражнения на равновесие**
- **игры**

Положительное влияние на развитие двигательных функций оказывает использование стимулов

- **зрительных стимулов** (большинство упражнений проводится перед зеркалом - имея возможность следить за своими движениями, ребенку легче их координировать)
- **тактильных стимулов** (опора ног и рук на поверхность, покрытую различными видами материи(массажный коврик), что усиливает тактильные ощущения; ходьба босиком по мешочкам с песком и камешками)
- **проприоцептивных стимулов** (чередование упражнений с открытыми и закрытыми глазами)
- **звуковых стимулов** (выполнение упражнений под музыку)
- **речевых стимулов** (четкая речевая инструкция нормализует психическую деятельность ребенка, у ребенка формируются различные связи с двигательным анализатором, что является мощным фактором всего психического развития)

Ожидаемые результаты

- **повышение заинтересованности к занятиям физическими упражнениями;**
- **снижение тонуса мышц;**
- **преодоление слабости отдельных мышечных групп;**
- **улучшение подвижности в суставах;**
- **увеличение амплитуды движений;**
- **улучшение деятельности сердечно-сосудистой, дыхательной систем организма;**
- **нормализация опороспособности;**
- **улучшение эмоционально-волевой сферы.**

The background features a complex pattern of thin, overlapping wavy lines that create a sense of depth and movement. The color palette is a soft gradient, starting with light blue on the left, transitioning through pale pink and purple in the center, and ending with bright yellow and light green on the right. The overall effect is ethereal and modern.

Спасибо за внимание!