Коррекционная работа с детьми ДЦП.Из опыта работы.

Здравствуйте дорогие коллеги

*Здоровье-это состояние человека, которому свойственно не только отсутствие болезней или физических дефектов, но и полное физическое, душевное и социальное благополучие".*

***.Я Дунаева Галина Николаевна работаю инструктором по физической культуре с сентября 2012 года. В нашем детском саду есть дети имеющие церебральную патологию.При работе с такими детьми можно использовать занятия в сухом бассейне и на фитболах. Методическое пособие по использованию сухих бассейнов для детей с ДЦП разработано в Санкт-Петербурге школой-центром «Динамика» в 1997 г.***

Тело ребенка в бассейне постоянно находится в безопасной опоре, что особенно важно для детей с двигательными нарушениями. В то же время в бассейне можно двигаться, ощущая постоянный контакт кожи с наполняющими бассейн шариками. Таким образом, происходит постоянный массаж всего тела, стимулируется проприоцептивная и тактильная чувствительность. Ребенок свободно двигается, меняет направление движения, позу, чередуя деятельность с отдыхом, самопроизвольно регулируя нагрузку, удовлетворяет потребность в движении. Сухой бассейн способствует развитию физических качеств, уменьшают спастику и гиперкинезы, стимулируют функцию паретичных мышц, способствуют увеличению подвижности позвоночника и суставов верхних и нижних конечностей, создают положительный психоэмоциональный настрой. патологию, можно использовать занятия в сухом бассейне и на фитболах.

Другой формой занятия с детьми, страдающими ДЦП, является фитбол-гимнастика на больших упругих мячах. Впервые фитболы стали использоваться в' лечебных целях с середины 50-х гг.ХХ столетия швейцарским врачом-физиотерапевтом Сюзан Кляйн Фогельбах в Базеле для больных ДЦП.

Фитболы обладают комплексом полезных воздействий   на  организм человека. Так, например, вибрация на мяче активизирует регенеративные процессы, способствует лучшему кровообращению и лимфооттоку, увеличивает сократительную способность мышц. При этом улучшаются функция сердечно-сосудистой системы, внешнего дыхания, повышается обмен веществ, интенсивность процессов пищеварения, защитные силы и сопротивляемость организма.

Вибрация, сидя на мяче, по своему физиологическому воздействию сходна с райттерапией (лечением верховой ездой), о положительном воздействии которой на здоровье писал еще Гиппократ. При оптимальной и систематической нагрузке создается сильный мышечный корсет, улучшается функция внутренних органов, уравновешиваются нервные процессы, развиваются все физические качества и формируются двигательные навыки, происходит колоссальное положительное воздействие на психоэмоциональную сферу.

. Фитбол способствует хорошей релаксации мышц, естественная выпуклость мяча может использоваться для коррекции различных деформаций позвоночника. Кроме оздоровительного, несомненно также воспитательное, педагогическое и психологическое воздействие фитбола на организм занимающегося.

Прежде чем приступить к занятиям, следует ознакомиться с некоторыми методическими рекомендациями (Потапчук А.А., 2001, 2002).

1.  Правильная посадка на фитболе предусматривает оптимальное положением всех звеньев тела. Посадка на мяче считается правильной, если угол между туловищем и бедром, бедром и голенью и стопой равен 90°, голова приподнята, спина выпрямлена, руки фиксируют мяч ладонями сзади, ноги на ширине плеч, стопы параллельны друг другу. Такое положение на мяче способствует устойчивости и симметричности главным условиям сохранения правильной осанки.

2.     Необходимо правильно и своевременно использовать страховку, самостраховку и помощь для профилактики травматизма. Кроме того, на полу и одежде занимающихся не должно быть никаких острых предметов, чтобы не повредить мяч. На занятия одевать удобную одежду и нескользкую обувь.

3.    Начинать с простых упражнений и облегченных исходных положений, постепенно переходя к более сложным.

4.   Ни одно упражнение не должно причинять боль или доставлять дискомфорт.

5.      Избегать быстрых и резких движений, скручиваний в шейном и поясничном отделах позвоночника, интенсивного напряжения мышц и спины. Резкие повороты, скручивания, нагрузка по оси повреждают межпозвонковые диски, увеличивают нестабильность позвоночно-двигательных        сегментов,           нарушают                 вертебробазилярного кровообращение.

6.    При выполнении упражнений лежа на мяче не задерживать дыхания, особенно это касается исходного положения лежа на животе на мяче, так как длительное сдавливание диафрагмы затрудняет дыхание.

7.   При выполнении упражнений лежа на спине на мяче и лежа на груди на мяче, голову не запрокидывать, затылок и позвоночник должны составлять одну прямую линию.

8.      При выполнении упражнений мяч не должен двигаться.

9.   При выполнении упражнений лежа на животе с упором руками на полу, ладони должны быть параллельно друг другу и располагаться на уровне плечевых суставов.

10.     Упражнения на силу должны чередоваться с упражнениями на расслабление и растягивание.

11.    На каждом занятии стремиться к созданию положительного эмоционального фона, бодрого, радостного настроения. Важна также эстетика выполнения упражнений.

Упражнения в правильной ходьбе должны проводиться на каждом занятии. По мере овладения ходьбой дети включаются в коллективные организованные игры. Необходимо создавать все условия , способствующие их двигательной активности. Во время повседневной деятельности полезно тренировать у детей координацию движений. Для этого ребенку предлагают различные игры-упражнения: пройти по комнате и не уронить стула, не разрушить постройку из кубиков, не толкнуть ребенка и т.д. Воспитатель должен постоянно обращать внимание на правильную позу во время ходьбы, стояния и сидения за столом.

Также важно проводить специальные игры-упражнения в ползании, игры с подлезанием под натянутую веревку (на уровне груди или пояса ребенка), пролезанием в обруч. Ребенок может выполнять эти движения любым доступным ему способом: вперед головой, боком, на четвереньках или без опоры на руки. Полезным движением является лазание на гимнастическую стенку, невысокие заборы, так как в нем активно участвует много мышечных групп, укрепляется связочный аппарат и мышцы спины.

Особое значение коррекционной работы имеют общеразвивающие упражнения, способствующие выработке ловкости и координации движений. Среди них особое место занимают упражнения с предметами. Ребенок должен осторожно перелезть через палку, не выпуская ее из рук, перешагнуть через прыгалки в обруч, не задев подвешенный к нему колокольчик, ловко и быстро передать за спиной мяч и т.п.

Программа коррекционной работы направлена на снижение примитивных рефлексов, повышение двигательной силы, развитие способности удерживать равновесие тела, выполнение ритмических движений..

Способы и содержание упражнений для работы с детьми, страдающими церебральным параличом:   
1. Упражнения для растягивания мышц: снятие напряжения в мышцах, профилактика тератогенеза, расширение диапазона движения.   
2. Упражнения для развития чувствительности мышц; для выработки силы, дающей возможность регулировать определенный участок мышцы.   
3. Упражнения для улучшения функционального состояния нервной ткани посредством тренировки чувствительности нервов.   
4. Упражнения взаимного влияния для укрепления ведущих и антагонистических групп мышц.   
5. Упражнения на выносливость, для поддержания эффективности функционирования органов.   
6. Тренировка на расслабление, для устранения спазмов, напряженности и судорог.

7. Тренировка ходьбой (для обучения нормальной ходьбе).

8. Тренировка органов чувств: упражнения для стимулирования органов чувств через повышение чувствительности мышц.

9. Упражнения на подъем по наклонной плоскости для улучшения равновесия и двигательной силы.   
10. Упражнения на сопротивление: постепенно увеличивающаяся тренировка на сопротивление для развития мышечной силы.

В организованные виды двигательной деятельности включаются физические упражнения, корригирующие упражнения, дыхательные упражнения, упражнения на расслабление и др.

организации специальных подвижных игр коррекционного содержания, элементами спортивных упражнений, требованиями и рекомендациями по проведению таких мероприятий с детьми, имеющими нарушения опорно-двигательного аппарата.

В целях наиболее эффективного выявления и использования ресурсов игры принято различать подвижные, спортивные и специальные оздоровительные (коррекционно-оздоровительные) игры. Активная двигательная деятельность тренирует нервную систему ребенка, совершенствуя и уравновешивая процессы возбуждения и торможения. По медицинским показаниям малоподвижные игры рекомендованы всем детям с ограниченными возможностями, и в первую очередь детям, не способным к самостоятельному передвижению, с поражением спинного мозга, миопатией, тяжелыми формами детского церебрального паралича и др., так как развитие мелкой моторики связано с развитием психических процессов, речевой деятельности, интеллекта.

2.        ЧСС 100—120 уд/мин — зона умеренной интенсивности. Характерна для таких подвижных игр, как «Запрещенное движение», «Совушка», «Поезд» и др. Эти игры служат не только для развлечения, они развивают внимание, четкость и слаженность движений, быстроту реакции, координацию движений (особенно мелких и средних мышечных групп). Способ организации — малогрупповой, по 4—8 человек.

Младший школьный возраст — это и период совершенствования речевого аппарата. Многие дети с нарушениями в развитии — глухие и слабослышащие, с последствиями ДЦП, задержкой психического и умственного развития, а также с сочетанием нескольких патологий — имеют серьезные речевые нарушения: неверные звукопроизношение и фонематическое восприятие, малый словарный запас, неумение передавать свои мысли, что приводит к затруднению в общении, снижению интеллектуальных возможностей. Поэтому включение в подвижные игры речитативов, песен, стихотворений, скороговорок, считалок, загадок, потешек, имитации звуков, характерных для насекомых, птиц, зверей и т.п., полезно для коррекции речи.Начало формы

Я стремлюсь сделать непосредственную образовательную деятельность по физической культуре радостным событием и потребностью в режиме дня дошкольников. Стараюсь повысить интерес к физической культуре и спорту за счет введения увлекательных форм работы во всех частях НОД, таких как:

танцевально-ритмическая гимнастика;

игроритмика;

игрогимнастика;

игротанец;

традиционные виды упражнений;

игровой самомассаж;

пальчиковая гимнастика;

музыкально-подвижные игры;

креативная гимнастика;

игропластика;

игровой стретчинг;

игры-путешествия.

Конец формы