

ПРИНЯТА:
на заседании
педагогического
совета МКОУ
«Гимназия №1 пр.
№1 от 26.08.2024г.

СОГЛАСОВАНА:
на заседании
Управляющего совета
МКОУ «Гимназия
№1 г. Майского»
пр. №1 от 27.08.2024 г.

УТВЕРЖДЕНА:
приказом МКОУ
«Гимназия №1 г.
Майского» пр. № 98 -
ОД от 28.08.2024.

***Программа
комплексного
социально-психологического
сопровождения детей
с ограниченными возможностями
здоровья
МКОУ "Гимназия №1 г. Майского"
на 2024-2026 гг.***

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

1. Паспорт Программы
2. Цели и задачи программы
3. Обоснование программы
4. Содержание проблемы
5. Реализация программы
6. Планируемые результаты выполнения программы
7. Основное содержание программы
8. Основные мероприятия программы
9. Организация адаптационного обучения детей-инвалидов, с ОВЗ
10. Социально-психологическая реабилитация
11. Основные этапы психологического сопровождения
12. Методы и формы работы с детьми
13. Сотрудничество с родителями
14. Социокультурная реабилитация
15. Обеспечение реализации Программы
16. Приложения к Программе

I. Паспорт программы

Наименование Программы	Комплексная программа социально-психологического сопровождения детей с ограниченными возможностями здоровья МКОУ «Гимназия № 1 г. Майского»
Наименование учреждения-разработчика	Муниципальное общеобразовательное казенное учреждение «Гимназия № 1 г. Майского» КБР
Тип программы	Комплексная программа на 2 года
Юридический адрес учреждения	361115 КБР г. Майский, ул. Гагарина 10
Номер телефона	(86633) 22- 0 - 58
E-mail	maisky-gim1@yandex.ru
Адрес сайта	www.my-gim1.ucoz.ru
Приоритетные направления	<ul style="list-style-type: none"> -Социально-бытовая адаптация; -Социально-средовая реабилитация; -Социально-психологическая реабилитация; -Социально-педагогическая реабилитация -Социокультурная реабилитация; -Физкультурно-оздоровительные мероприятия и спорт.
Цель программы	Комплексная реабилитация несовершеннолетних с ограниченными возможностями здоровья в процессе обучения в МКОУ «Гимназия №1 г. Майского» КБР Реализация социальной части индивидуальной программы реабилитации ребёнка
Задачи программы	<ul style="list-style-type: none"> -Содействие развитию творческих способностей детей; -Организация досуговой деятельности несовершеннолетних с ограниченными возможностями здоровья; -Развитие коммуникативности через коррекционно-развивающие занятия, игры, тренинги; -Укрепление здоровья детей с ограниченными возможностями здоровья через занятия лечебной физкультурой; -Коррекция речи; -Повышение социальной адаптации
Адресная направленность программы	Программа реализуется для детей с ограниченными возможностями здоровья, возраст от 7 до 15 лет, обучающихся в МКОУ «Гимназия №1 г. Майского» КБР
Продолжительность, сроки реализации программы	2 года
Краткое описание программы	Все направления программы представляют собой курсы реабилитации, которые позволяют полноценно проводить реабилитацию детей с ограниченными возможностями здоровья. По социально-бытовой адаптации, применяя элементы игры, обучение

	<p>несовершеннолетних навыкам самообслуживания. Педагогом-психологом проводятся психокоррекционные занятия как индивидуальные, так и групповые. Педагогом-организатором - досуговые мероприятия для развития общего кругозора несовершеннолетних, учитывая особенности каждого ребёнка. Учителями физической культуры и медицинской сестрой для каждого ребёнка будут подобраны курсы и комплексы упражнений, согласно рекомендациям врачей.</p> <p>Ожидаемые результаты: повышение социальной адаптации и социально – средовой ориентации ребёнка с ограниченными возможностями здоровья.</p> <p>Оценки эффективности программы: результативность работы реабилитационных курсов.</p> <p>Активное участие ребёнка в мероприятиях.</p> <p>Свободное, заинтересованное общение детей друг с другом.</p> <p>Результаты сравнительного исследования, степень совпадения ожидаемого и реального результата.</p>
<p>Название организации. Авторы и исполнители программы</p>	<p>МКОУ «Гимназия №1 г. Майского» Авторы: Машенкина О.В. – методист по УВР Смирнов П.В.– учитель физкультуры Кондрашова М.И. –педагог-психолог Локоченко Т.В.- социальный педагог Кучмасова Н.В. – советник по воспитанию Гершишева А.В - логопед Шомахов Р.Р. - преподаватель организатор ОБЗР</p>
<p>Основание разработки Программы</p>	<p>Закон Российской Федерации «Об образовании» Федеральный Закон от 17.07.99 (редакция 29.05.2024) г.178-ФЗ «О социальной помощи инвалидам в Российской Федерации» Федеральный Закон от 24.06.99 (редакция 21.11.2022) № 120-ФЗ «Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних» Федеральный Закон от 24 июля 1998 г. (редакция 28.04.2023) № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации»</p>
<p>Важнейшие индикаторы и показатели, позволяющие оценить ход реализации Программы</p>	<p>- включение не менее 10% от состава родителей детей с ограниченными возможностями и детей-инвалидов в органы государственно-общественного управления гимназии;</p>

	<ul style="list-style-type: none"> - доля старшеклассников с ограниченными возможностями, для которых организовано профильное обучение; - доля трудоустроенных выпускников с ограниченными возможностями и выпускников-инвалидов; - доля выпускников начальной школы, обучающихся в соответствии с требованиями стандартов специального образования, охватывая обучающихся инклюзивно; - программа развития, учитывающая организацию и содержание обучения детей с ограниченными возможностями и детей-инвалидов.
Ожидаемые результаты Программы	<p>конечные реализации</p> <ul style="list-style-type: none"> - гибкость и инновационное развитие дошкольного образования, школьной структуры с целью предоставления детям с ограниченными возможностями и детям-инвалидам равных возможностей на включение в жизнь общества средствами образования, социальной поддержки и медико-психологического сопровождения; - вариативность помощи детям с ограниченными возможностями детям-инвалидам и их родителям или законным представителям; - новый уровень сотрудничества с семьями детей с ограниченными возможностями и детей-инвалидов, повышение их социального статуса; -увеличение доли старшеклассников, с ограниченными возможностями и старшеклассников-инвалидов обучающихся по профилям соответствующим их потенциальным возможностям; -формирование единой системы непрерывного образования, социальной поддержки, медицинской помощи каждому ребенку, его семье, находящимся в сложной социальной ситуации развития, и преодоление негативных социальных установок по отношению к ним.
Программа ПРИНЯТА:	на заседании педагогического совета МКОУ «Гимназия №1 пр. №1 от 26.08.2024г.
Программа СОГЛАСОВАНА:	на заседании Управляющего совета МКОУ «Гимназия №1 г. Майского» пр. №1 от 27.08.2024 г.
Программа утверждена	приказом МКОУ «Гимназия №1 г. Майского» пр. № 98 -ОД от 28.08.2024.

II. Цель и задачи программы

Цель программы: Комплексная реабилитация несовершеннолетних с ограниченными возможностями здоровья в условиях обучения в МКОУ «Гимназия №1 г. Майского». Реализация социальной части индивидуальной программы реабилитации ребёнка.

Задачи:

- обеспечение полноценной жизнедеятельности и улучшение качества жизни детей с ограниченными возможностями;
- содействие развитию творческих способностей детей;
- организация досуговой деятельности несовершеннолетних с ограниченными возможностями здоровья;
- развитие коммуникабельности через коррекционно-развивающие занятия, игры, тренинги;
- укрепление здоровья детей с ограниченными возможностями здоровья через занятия лечебной физкультурой;
- коррекция речи;
- повышение социальной адаптации.

В рамках программы предполагается организация клуба для детей с ограниченными возможностями здоровья.

Цель работы клуба:

1. Развитие способностей детей через игровую деятельность. В клубе проводятся совместные встречи для детей с инвалидностью и здоровых детей. Совместная деятельность приучает детей к общению со сверстниками и чужими взрослыми, развивает умение сотрудничать друг с другом, формируя чувство партнерства. Театрализованные виды деятельности стимулируют образно-игровые проявления, развивают сферу чувств, будят сочувствие, сострадание, развивают способность поставить себя на место другого человека. В результате дети научатся взаимодействию друг с другом в роли игровых партнеров, будет создана атмосфера общности интересов; дети будут более внимательны друг к другу, доброжелательны, научатся вежливой форме общения, разовьют эстетический вкус. Творческая мастерская по обучению детей различным видам творчества: плетению из фольги, конструированию из бумаги, рисованию нетрадиционными способами, лепке из глины и росписью по керамике способствует развитию творческих способностей детей через продуктивно-прикладную деятельность. Дополнительная возможность тренировки мелкой моторики через создание разнообразных поделок, позволяет детям развиваться и открывать в себе новые способности. Социокультурная программа, по сути своей, являются психологическим тренингом – коммуникационным, эмоциональным, мотивационным, телесным. Участие в подобных

программах станет для детей с ограниченными возможностями ещё одним шагом на пути к адаптации, принятии самого себя и трудностей мира, в котором они живут и действуют.

2. Укрепление ресурсного потенциала семей, воспитывающих детей с инвалидностью, и их социально-реабилитационных компетенций, формирование позитивной мотивации к образованию новых социальных связей, а также содействие созданию сетей взаимной поддержки родителей детей-инвалидов.

3. Комплексная психологическая диагностика детей в рамках психолого-педагогический блока программы, который включает в себя занятия психолога с детьми в группах, где ребята учатся осознавать многообразие мира чувств, обучаются навыкам продуктивного общения, учатся жить в коллективе и конструктивно разрешать конфликты.

III. Обоснование программы

Человек с ограничениями жизнедеятельности может делать многое, нужно только помочь ему развивать свои возможности.

Во всех семьях детей учат одеваться, есть, говорить, передвигаться и знакомиться с окружающим миром. Семья посылает ребенка в школу и помогает ему, когда возникают трудности. Когда ребенок вырастает, семья дает ему советы, как найти работу и т.д. Но ребенка с нарушениями часто не учат всему этому, он не получает ни помощи такого рода, ни советов.

На самом деле, если человека с нарушениями учить всему, что необходимо любому человеку, чтобы самостоятельно справляться с повседневными делами, он может добиться очень много и стать более самостоятельным.

Социально-психологическая реабилитация – это и есть обучение тому, что необходимо, чтобы быть самостоятельным и независимым.

Комплексная программа по психологическому сопровождению детей с ограниченными возможностями здоровья, обучающихся в МКОУ «Гимназия №1 г. Майского» КБР рассчитана на 2 года для детей-инвалидов обслуживающих себя.

Работа в гимназии для несовершеннолетних с ограниченными возможностями здоровья проводится по следующему алгоритму.

Все направления программы представляют собой курсы реабилитации, которые позволяют полноценно проводить реабилитацию детей с ограниченными возможностями здоровья. Реабилитация проводится согласно индивидуальной программе реабилитации.

Мы исходим из интегративного подхода к оказанию помощи детям, имеющим ограниченные возможности здоровья. Только совместная работа (в

условиях «одной команды») психолога, педагогов, медицинских специалистов может дать реальный результат.

Свою деятельность мы строим на следующих принципах:

1. *Принцип системного подхода* предполагает понимание, во-первых, человека как целостной системы, а во-вторых, самого человека как элемент целостной системы «человек-мир». Ограниченные возможности здоровья не могут носить изолированный характер. Развитие на дефектной основе приобретает характер дизонтогенеза и протекает по своим особым законам.
2. *Принцип комплексного подхода.* Психолого-педагогическая и медико-социальная помощь может быть эффективна только в том случае, когда она имеет комплексный характер и направлена не только на коррекцию и развитие психологических функций и качеств, но и на общее укрепление и развитие ребенка: его соматического здоровья, двигательной сферы, расширение круга его знаний и представлений об окружающем мире, обогащение его эмоционального мира, укрепление и обогащение его связей с другими людьми, сформированность знаний, умений и навыков.
3. *Принцип единства диагностики и коррекционно-развивающей работы.* Только на основе тонкой дифференциальной диагностики возможен выбор правильных коррекционных воздействий.
4. *Принцип учета закономерностей возрастного развития.* Необходимо строить коррекционное воздействие так, чтобы оно соответствовало основным линиям развития в данный возрастной период, опиралось на свойственные данному возрасту особенности и достижения.
5. *Принцип деятельностного подхода* означает опору коррекционно-развивающей работы, на ведущий вид деятельности, свойственный возрасту, а также его целенаправленное формирование, так как только в деятельности происходит развитие и формирование ребенка.
6. *Принцип индивидуально-дифференцированного подхода* означает необходимость учета индивидуальных особенностей каждого ребенка, нуждающегося в психолого-педагогической и медико-социальной помощи.

В своей деятельности мы опираемся на классические теории психического развития (Л.С. Выготский, А.Р. Лурия, А.Н. Леонтьев, Ж. Пиаже, Д.Б. Эльконин, Л.А. Венгер, Л.И. Божович), теории психического дизонтогенеза (Л.С. Выготский, В.В. Лебединский, К.С. Лебединская, С.Я. Рубинштейн и др.), классические и современные работы отечественных дефектологов (М.С. Певзнер, С.Д. Забрамная, Е.А. Стребелева, О.Н. Усанова, Т.А. Власова, Г.Е. Сухарева, И.Ф. Марковская и др.)

С целью обеспечения эффективного процесса социализации для детей проводятся индивидуальные коррекционно-развивающие занятия по развитию познавательной деятельности, коррекции речевых недостатков, нейропсихологической коррекции, а так же постоянно работают диагностико-коррекционные группы (ДКГ):

- для школьников 7-8 лет с низким уровнем развития когнитивной сферы "Формирование и развитие игровой деятельности у детей младшего школьного возраста";
- для школьников 9 лет с синдромом дефицита внимания и гиперактивностью "Комплексная медико-педагогическая коррекция детей с СДВГ";
- для старших школьников с оппозиционно-вызывающими расстройствами "Подготовка к социализации";
- для младших школьников с проблемами в учебной деятельности "Коррекция учебной деятельности";
- для младших школьников со специфическими расстройствами чтения (дислексия) "Коррекция навыка чтения";
- тренинговая группа для подростков 12-14 лет (с проблемами в общении).

Содержание работы с детьми определяется коррекционными, коррекционно-развивающими, адаптационными, реабилитационными программами, основная особенность которых – комплексный подход к ребенку с ограниченными возможностями. Результативность проводимой коррекционно-развивающей работы подтверждается психологическим тестированием, наличием положительных отзывов родителей. Показателями эффективности реализации программы: положительная динамика в развитии когнитивных процессов детей (улучшение показателей механического запоминания, смысловой (логической) памяти, уровня развития абстрактного мышления), качественные изменения в развитии детей (повышение интереса к учебной деятельности, повышение самооценки, возросшая работоспособность, эффективная адаптация).

Психолог оказывает помощь детям, страдающим фобическими расстройствами детского возраста (страх темноты, животных и т.д.), несоциализированным, тревожным подросткам, у которых были выявлены следующие фобии (страх публичных выступлений и т.п.), учащимся с адаптивными расстройствами, синдромом раннего детского аутизма, поведенческими расстройствами (синдромы дефицита внимания и гиперактивности, оппозиционно-вызывающий синдром и т.д.), учащимся с когнитивными расстройствами (интеллектуальная недостаточность различной степени с нарушением или без нарушений поведения).

IV. СОДЕРЖАНИЕ ПРОБЛЕМЫ

Миссия программы заключается в том, чтобы научить окружающих ценить различия между людьми и способствовать реализации потребности в доступном и качественном образовании для каждого человека в зависимости от его образовательного потенциала.

В центре данной концепции находится активность личности,отягощенная проблемами здоровья, органическими проблемами, личностными факторами и факторами окружающей среды, а также степенью участия в жизни общества, что позволяет надеяться на позитивный переход к социальной позиции, а не фиксации недостатков или проблем человека. С точки зрения прагматического подхода сформулировано представление о том, что социально адаптированными людьми можно считать тех, кто выполняет свои гражданские обязанности, соблюдает нормы морали, проявляет эмоции, адекватные и необременительные для окружающих.

Проблема современной системы образования заключается в разобщенности ее институтов по отношению к детям с ограниченными возможностями и детям-инвалидам. Это замедляет темпы позитивных изменений системы образования и наносит ущерб имиджу образования в целом.

Перед системой инклюзивного образования стоит ряд проблем, от решения которых зависит качественное преобразование общества в целом. Это определение направлений развития; повышение качества специального образования и развитие его инфраструктуры; построение системы непрерывного образования лиц с ограниченными возможностями здоровья, соответствующего потребностям страны и тенденциям современного рынка труда; психолого-педагогическая, медико-социальная, финансово-экономическая и материально-техническая поддержка специального образования.

Не построена система раннего выявления и сопровождения детей с трудностями в развитии. Следовательно, отсутствует четкое представление и планирование количества мест, необходимых для детей.

На стадии разработки находятся правовые нормы интеграции детей в учреждения общего типа.

В связи с этим, основные цели развития системы специального образования заключаются, прежде всего, в обеспечении вариативности и доступности форм образования Детей и возможно полной интеграцией их в общество. Определении приоритетных механизмов социализации через комплексную государственную услугу, предоставляемую прежде всего семье, воспитывающей ребенка с ограниченными возможностями, с целью недопущения снижения ее экономического и социального статуса (маргинализации).

Выявленные проблемы и риски реализации программы:

Неготовность учреждения общего типа к интегрированному обучению детей с проблемами в развитии (психологическая неготовность

общественности к принятию ребенка с проблемами в развитии, профессиональная неготовность педагогических работников общеобразовательного учреждения общего типа к работе с детьми со специальными образовательными потребностями в интегрированных условиях, материально-техническая база, методическое обеспечение).

Отсутствие системы мониторинга качества образования при надомной и интегративной формах обучения.

Отсутствие системы тьюторства детей с ограниченными возможностями здоровья.

Недостаточное вовлечение родителей в процесс обучения и воспитания детей с отклонениями в развитии.

Недостаточная поддержка родителей, имеющих детей со специальными образовательными потребностями (информационная, финансовая, психолого-педагогическая, медицинская).

Недостаточная консолидация усилий специалистов, родителей, представителей науки, медицины в сфере сопровождения детей со специальными образовательными потребностями.

Отсутствие эффективной системы профессиональной ориентации в сфере обучения и воспитания детей со специальными образовательными потребностями.

Отсутствие системы ранней диагностики и комплексного медико-психолого-педагогического сопровождения детей с проблемами в развитии.

Неприспособленность здания гимназии для детей с проблемами в развитии.

Ключевыми для настоящей Программы являются следующие этапы, представляющие образец дорожной карты реализации программы развития образования детей с ограниченными возможностями и детей-инвалидов, мероприятия которой включают:

Создание системы раннего выявления и ранней коррекционной помощи детям; создание нормативов оказания образовательных услуг; интеграция и по возможности инклюзия детей с проблемами в развитии в общеобразовательное пространство; укрепление материально-технической базы учреждения, стимулирование труда инициативных учителей и воспитателей готовых к работе в условиях интеграции и инклюзии; совершенствование системы профессиональной подготовки, повышения квалификации и профессиональной переподготовки специалистов ведомств, включенных в систему помощи Детям, а также заинтересованным родителям. Индивидуализация процесса обучения, в том числе путем привлечения широкого круга специалистов и представителей гражданского общества.

Регламентирование предоставления услуг по направлениям: инклюзия; реабилитация; интеграция; коррекционное обучение; психолого-педагогическое сопровождение, психолого-педагогическая диагностика.

V. Реализация программы

Программа будет реализована через систему планирования, которая включает в себя стратегический и оперативные планы, критерии оценки промежуточных и итоговых результатов, мониторинг состояния системы и качества образования детей.

Мероприятия Программы конкретизируются в годовых планах работы гимназии.

Информацию о ходе и результатах реализации Программы и финансировании мероприятий администрация гимназии размещает в сети Интернет на своем официальном сайте.

VI. Планируемые результаты выполнения программы

Наименование мероприятия	Наименование целевой группы	Влияние Программы на целевые группы
<p>Функционирование службы сопровождения семьи, воспитывающей ребенка – инвалида, в том числе:</p> <ul style="list-style-type: none"> - организация обслуживания на дому; - организация реабилитационных занятий в условиях группы, в том числе социально-медицинская и педагогическая реабилитация; - консультирование родителей 	<p>Семьи, воспитывающие детей-инвалидов и детей с ограниченными возможностями</p>	<p>В семьях наблюдается укрепление ресурсного потенциала семей, воспитывающих детей с инвалидностью (повышается желание заниматься ребенком), и их социально-реабилитационных компетенций (родители обучаются взаимодействию с ребенком), формирование позитивной мотивации к образованию новых социальных связей (расширяется круг общения)</p>
<p>Организация деятельности творческих интегрированных мастерских: «Умелые ручки» и «Музыкальная гостиная»</p>	<p>Дети-инвалиды, проживающие в Майском районе</p>	<p>Повышение уровня социальной адаптации, повышение уровня навыков общения, увеличение интереса к разнообразным видам творчества</p>
<p>Формирование интегрированных площадок детских и молодежных клубов: «Игра-дело серьезное» «Будь здоров!»</p>	<p>Семьи, воспитывающие детей-инвалидов и детей с ограниченными возможностями</p>	<p>Отмечается повышение уровня навыков общения, укрепление ресурсного потенциала семей, воспитывающих детей с ограниченными возможностями, мотивации к образованию новых социальных связей.</p>
<p>Информирование и организация консультативной помощи родителям, воспитывающим детей-инвалидов</p>	<p>Родители</p>	<p>Повысился уровень родительской компетенции в вопросах воспитания и развития детей, их отдыха и оздоровления а также в вопросах правовой</p>

		грамотности.
<p>Организация содержательного досуга, в том числе семейного отдыха и оздоровления: -организация праздников: «Прощай Зимушка-зима!», «Мамин день»</p>	<p>Семьи, воспитывающие детей-инвалидов и детей с ограниченными возможностями</p>	<p>Отмечается повышение уровня навыков общения, увеличение интереса к разнообразным видам творчества, укрепление ресурсного потенциала семей, воспитывающих детей с ограниченными возможностями, мотивации к образованию новых социальных связей.</p>

VII. Установленные в программе индикаторы эффективности реализации

<i>Индикатор</i>
Удельный вес детей-инвалидов, получивших реабилитационные услуги
Удельный вес семей с детьми-инвалидами, получивших услуги
Количество служб сопровождения семьи и ребенка-инвалида
Доля охвата семей с детьми – инвалидами, получивших услуги в службах сопровождения семьи и ребенка-инвалида
Доля охвата детей-инвалидов организованным отдыхом из общего числа детей-инвалидов
Доля охвата семей с детьми-инвалидами организованным отдыхом из общего числа семей с детьми-инвалидами
Доля охвата детей-инвалидов культурно-досуговыми мероприятиями из общего числа детей-инвалидов
Доля охвата семей с детьми-инвалидами культурно-досуговыми мероприятиями из общего числа семей с детьми-инвалидами
Доля охвата детей-инвалидов мероприятиями творческой реабилитации из общего числа детей-инвалидов
Доля семей с детьми-инвалидами – участниками Программы, в которых оба родителя или единственный родитель являются безработными, от общего числа семей с детьми-инвалидами
Доля специалистов, прошедших обучение в рамках Программы, из общего числа специалистов, задействованных в реализации программы
Доля охвата детей-инвалидов институтами гражданского общества из общего числа детей-инвалидов
Доля охвата семей с детьми-инвалидами институтами гражданского общества из общего числа семей с детьми-инвалидами

<i>Индикатор</i>
Доля семей с детьми-инвалидами, увеличивших количество социальных связей в общем количестве семей с детьми-инвалидами
Доля охвата семей, воспитывающих детей-инвалидов, группами взаимной поддержки, клубами, общественными объединениями.

VIII. Основное содержание программы

Комплексная программа по социальной реабилитации детей с ограниченными возможностями здоровья предусматривает следующие направления:

- социально-бытовая адаптация;
- социально-средовая реабилитация;
- социально-психологическая реабилитация;
- социально-педагогическая реабилитация;
- социокультурная реабилитация;
- физкультурно-оздоровительные мероприятия и спорт.

Все направления программы представляют собой курсы реабилитации, которые позволяют полноценно проводить реабилитацию детей с ограниченными возможностями здоровья.

IX. Основные мероприятия программы

В соответствии с поставленными задачами основные мероприятия Программы систематизированы по следующим направлениям:

- *"Создание системы информационной поддержки семей, воспитывающих детей с ограниченными возможностями"*. Мероприятия направлены на привлечение внимания общества к проблемам семей, воспитывающих детей с ограниченными возможностями, через средства массовой информации, обеспечение семей информацией о правах детей с ограниченными возможностями и формирование позитивного отношения общества к детям с ограниченными возможностями.
- *"Создание безбарьерной среды жизнедеятельности детей с ограниченными возможностями"*. Запланированы мероприятия по созданию условий для общения, обучения детей с ограниченными возможностями с использованием современных информационно-коммуникативных технологии, обеспечению доступа к объектам социальной инфраструктуры.
- *"Создание условий по улучшению качества жизни детей с ограниченными возможностями"*. Мероприятия направлены на развитие ранней помощи детям с ограниченными возможностями, внедрение новых технологий, укрепление и модернизацию материально-технической базы, оснащение оборудованием ОУ. Запланирована профилактическая работа с семьями,

организация службы ранней психологической помощи семьям с детьми с ограниченными возможностями, работа "Кабинета доверия". В рамках программы предусмотрено решение вопросов по профессиональной ориентации, развитию волонтерского движения по оказанию услуг семьям, воспитывающим детей с ограниченными возможностями.

- *"Организация занятости и отдыха детей с ограниченными возможностями"*. Мероприятия включают в себя создание временных рабочих мест в каникулярный период, организацию дополнительного образования, летнего отдыха детей с ограниченными возможностями; организацию и проведение профильных смен для отдыха детей с ограниченными возможностями; выявление и социальную поддержку творчески одаренных детей с ограниченными возможностями, создание условий их участия в международных, всероссийских, региональных фестивалях, конкурсах, олимпиадах.
- *"Организация переподготовки и повышения квалификации кадров, работающих с детьми с ограниченными возможностями"*. Мероприятия данного направления будут способствовать формированию кадрового ресурса, обеспечению их методическими рекомендациями, созданию условий профессионального роста специалистов, работающих с детьми с ограниченными возможностями.

1. Организация адаптационного обучения детей-инвалидов

Социально-бытовая адаптация - это система и процесс определения оптимальных режимов общественной и семейно-бытовой деятельности инвалидов в конкретных социально-средовых условиях и приспособления к ним инвалидов.

Мероприятия по социально-бытовой адаптации включают:

- информирование и консультирование ребенка-инвалида и его родителей;
- адаптационное обучение ребенка-инвалида и его семьи;
- обучение ребенка следующим навыкам: персональному уходу (самообслуживанию); персональной сохранности; овладению социальными навыками;
- обучение ребенка пользованию техническими средствами реабилитации;
- адаптация места обучения ребенка-инвалида к его потребностям.

Овладение навыками самообслуживания (умение одеваться и раздеваться, ухаживать за собой, пользоваться туалетом, умываться и т. п.) напрямую влияет на самооценку ребенка, является важным шагом на пути к его независимости.

Обучение навыкам самообслуживания позволяет эффективно решать задачи расширения представлений и знаний детей об окружающих вещах, сенсорного воспитания, развития речи, тонкой моторики и зрительно-

моторной координации, а также умения выполнять действия по подражанию и словесной инструкции, ориентироваться на образец, соблюдать определенную последовательность действий.

У детей с особенностями развития формирование навыков самообслуживания не происходит самопроизвольно. Обучение таким навыкам составляет целое направление работы специалистов и родителей, в основе которого лежит специальная программа, учитывающая возможности ребенка на данный момент и ориентирующая на ближайшие задачи. Только через подражание, усвоение образца навыка у таких детей не формируются, во всяком случае, полностью. Причин может быть много: различные нарушения движения, слухового и зрительного восприятия, особенности эмоционально-волевой сферы, низкий уровень развития функций программирования и контроля, нарушения интеллектуального развития.

Формирование навыков самообслуживания у детей с особенностями развития является для них и их родителей жизненной необходимостью. Наша задача – помочь этим детям приобрести независимость и самостоятельность в повседневной жизни.

2. Социально - психологическая реабилитация

Пробелы в общей осведомленности, низкое развитие основных познавательных процессов и слабое развитие мелкой моторики рук стали обычным явлением. Эти особенности характерны и для детей-инвалидов и для детей из малообеспеченных семей. Подобные "недоработки" дошкольного воспитания тянутся за ребенком из класса в класс, увеличиваясь в размерах, т.к. школьное обучение носит "массовый" характер и не всегда учитывает особенности конкретного ребенка. На каком-то из этапов обучения дети - инвалиды вообще выпадают из "массовой" системы обучения в силу особенностей заболевания, приобретая и коммуникативные проблемы.

Именно со всеми этими проблемами приходится сталкиваться и работать педагогам.

Учитывая все вышеизложенное, была выстроена система психокоррекционной работы, **целью** которой является активация внутренних резервов у детей с ограниченными возможностями; коррекция их основных познавательных процессов (т.к. среди детей-инвалидов немало количество имеют психиатрический диагноз и сниженный интеллект); создание доброжелательно-требовательной атмосферы по отношению к ребенку в семье.

Основные задачи психокоррекции детей младшего школьного возраста:

- Развитие психологических функций памяти, мышления, воображения, внимания.
- Формирование самостоятельности.
- Развитие умения выражать основные эмоции и адекватно реагировать на эмоции окружающих людей.
- Анализ мотивационно-потребностной сферы ребенка и членов его семьи.
- Формировать у детей навыки общения со сверстниками в процессе совместной деятельности.
- Развивать и совершенствовать коммуникативные функции, эмоционально-волевую регуляцию поведения.
- Формировать и стимулировать сенсорно-перцептивные, интеллектуальные процессы у детей.
- Формировать адекватные родительские установки на заболевание и социально-психологические проблемы ребенка путем активного привлечения родителей в психокоррекционный процесс.
- Развивать коммуникативные навыки в процессе совместной деятельности детей и взрослых, актуальных форм сотрудничества взаимодействия с семьей.

В содержание занятий по коррекции основных когнитивных процессов входит: развитие памяти, внимания, мышления, речевых умений. Это происходит через упражнения: «Беспорядок на кухне»; «Строительство дома»; «Почтовый ящик»; «Продолжи ряд слов», «Найди отличие»; «Найди игрушку»; «Снежное поле», «Запоминаем вместе». Видами занятий являются: 1) развивающие, 2) закрепляющие.

Само занятие делится на две части: а) развивающую (или закрепляющую) основные познавательные процессы; б) игровую (когда дети имеют возможность поиграть в «свои любимые игрушки»), получив, таким образом, награду за усердие в первой части занятия.

Под психологическим сопровождением подразумевается *система профессиональной деятельности*, куда включены взаимосвязанные компоненты направленные на создание специальных условий для активизации и коррекции развития ребенка:

1. создание социально - психологических условий для эффективного психического развития в группе кратковременного пребывания;
2. систематическая психологическая помощь детям с нарушениями в развитии, в виде психокоррекции, психологической поддержки;
3. систематическая психологическая помощь родителям и родственникам детей с проблемами в развитии в виде консультирования, бесед, обсуждений;
4. организация жизнедеятельности ребенка в ОУ с учетом его психических и физических возможностей.

3. Основные этапы процесса психологического сопровождения

1 этап

Диагностическое сопровождение ребенка и его семьи

- Установление контакта со всеми участниками сопровождения ребенка.
- Психолого-педагогическая диагностика особенностей развития ребенка, профилактика отклонений психического развития.
- Определение модели воспитания, используемой родителями, и диагностика их личностных характеристик (составление социально-психологической карты семьи).

2 этап

- Реализация индивидуальной программы и групповых занятий.
- Оказание необходимой помощи родителям ребенка с ограниченными возможностями (консультирование, беседы, обсуждения).
- Просвещение и консультирование педагогов, работающих с ребенком.
- Психологические занятия, включающие в себя комплексы на развитие внимания, памяти, мышления, эмоционально-волевой сферы.
- Проведение совместных мероприятий с родителями и детьми («Праздник семьи», «Новый год», «8 марта», «Дни рождения», «День матери», «Осенний праздник»).
- Разработка рекомендаций, определение оптимальной индивидуальной нагрузки с учетом психофизических особенностей.

3 этап

Анализ эффективности процесса и результатов сопровождения.

В своей работе с детьми с ограниченными возможностями мы стремимся использовать технологию обеспечения социально-психологического благополучия ребенка – обеспечение эмоциональной комфортности и хорошего психологического самочувствия в процессе общения со сверстниками и взрослыми.

Х. Методы и формы работы психолога с детьми

- **Сказкотерапия**, где используется психологическая, терапевтическая, развивающая работа. Сказку может рассказывать и взрослый, и это может быть групповое рассказывание, где рассказчиками может быть и группа детей.
- **Игротерапия** – занятия могут быть организованы не заметно для ребенка, посредством включения педагога в процесс игровой деятельности. Игра – это

наиболее естественная форма жизнедеятельности ребенка. В процессе игры формируется активное взаимодействие ребенка с окружающим миром, развиваются его интеллектуальные, эмоционально-волевые, нравственные качества, формируется его личность в целом. Сюжетно-ролевые игры способствуют коррекции самооценки ребенка, формированию у него позитивных отношений со сверстниками и взрослыми. Основной задачей игр-драматизаций также является коррекция эмоциональной сферы ребенка.

- **Релаксация** – в зависимости от состояния ребенка используется спокойная классическая музыка, звуки природы, наблюдение за животными, использование сухого бассейна.
- **Песочная терапия** – занятия проводятся с применением центра песка и воды.
- **Психогимнастика** – включает в себя ритмику, пантомиму, игры на снятие напряжения, развитие эмоционально-личностной сферы. Игры «Мое настроение», «Веселый – грустный».
- **Арт-терапия** – это форма работы, основанная на изобразительном искусстве и другие формы работы с ребенком. Основная задача состоит в развитии самовыражения и самопознания ребенка. Рисунки детей не только отражают уровень умственного развития и индивидуальные личностные особенности, но и являются своеобразной проекцией личности. Каракули, представляют собой исходную стадию детского рисунка и показывают как возрастную динамику развития рисунка, так и индивидуально личностные особенности.

XI. Сотрудничество с родителями

Задачи:

- повышение внутреннего психолого-педагогического потенциала семьи ребенка с ограниченными возможностями здоровья;
- оказание информационно-консультативной помощи семье;
- формирование навыка проведения совместного семейного отдыха;

Для реализации всех направлений программы огромное значение имеет подготовительный этап, когда с членами семьи каждого ребенка проводятся беседы, в ходе которых специалисты рассказывают о программе, разъясняют, какие используются методы и формы работы. Для лучшей диагностики состояния ребенка с ограниченными возможностями родителям предлагается в течение обучения заполнять карту наблюдения за ребенком. Карта также позволит отследить эффективность проводимой реабилитации.

Родителям предлагаются следующие формы социально-психологической помощи:

- индивидуальное психологическое консультирование;
- групповые тренинговые занятия;
- участие в мероприятиях родительского клуба.

В рамках деятельности клуба родителям и детям предлагаются общесемейные досуговые мероприятия:

Помимо этого с родителями проводится активная информационно-просветительская работа:

Форма работы	Основные темы
Семинары, лектории с привлечением специалистов здравоохранения	<ul style="list-style-type: none"> • Рекомендации по воспитанию детей: обучение навыкам игры, навыкам самообслуживания, социально-средовой ориентации, соблюдение режима дня. • Информация о мерах социальной поддержки семьям ребенка с ограниченными возможностями. • Юридическая информация по вопросам социальной защиты детей с ограниченными возможностями и членов их семей. • Информация об учреждениях, должностных лицах, которые отвечают за реализацию прав семей. • Рекомендации и информация по запросам родителей и детей.
Выпуск информационных листов, буклетов, памяток.	

Формы и методы работы с родителями:

- **Консультирование** – дифференцированный подход к каждой семье, имеющей «особого» ребенка. Главное, чтобы родители верили в своих детей и были помощниками для нас.
- **Дни открытых дверей** – родители посещают ОУ, вместе с ребенком, наблюдают за работой специалистов.
- **Семинары-практикумы** – где родители знакомятся с литературой, играми, учатся применять полученные знания на практике.
- **Деловые игры.**
- **Проведение совместных праздников**, где родитель может видеть достижения своего ребенка, участвовать совместно с ребенком (мама рядом).

Наша задача помочь родителю не стесняться своего ребенка, воспринимать таким, какой есть, помочь ребенку быть уверенным в себе, развивать его познавательную деятельность и эмоционально-волевую сферу.

ПОКАЗАТЕЛЕМ ЭФФЕКТИВНОСТИ занятий по коррекции основных познавательных процессов наряду с улучшением памяти, внимания, мышления, является приобретение самостоятельности, повышение уровня развития когнитивных процессов.

При работе с детьми-инвалидами возможны мелкие нарушения дисциплины: проявления утомления, отвлечения. Разговоры во время занятия. В отдельных случаях ребенку можно позволить заняться чем-то другим, отдохнуть, покинуть комнату для занятий.

Кроме указанного выше, следует помнить, что у каждого ребенка-инвалида есть свои особенности во внешне похожих нарушениях. Это требует составления и индивидуальных планов занятий.

ХII. Социокультурная реабилитация

Дети инвалиды обладают заниженной самооценкой, застенчивы, замкнуты, имеют малый опыт адекватного социального поведения, в связи с чем у них возникают проблемы в социуме.

И если мальчишки и девчонки, вернувшись домой, с восторгом рассказывают друзьям и родителям о том, как здорово было в гимназии, значит учителя со своей нелёгкой задачей справились. На период реабилитации детям с ограниченными возможностями здоровья с целью сплочения коллектива, развития кругозора, формирования толерантного отношения друг другу проводятся познавательно-развлекательные мероприятия, соответствующие календарным датам и времени года. В данной программе представлены разработки мероприятий с учётом таких видов нарушений и ограничений в состоянии здоровья как двигательные, умственные (лёгкой и средней степени), речевые, слуховые, зрительные.

ХIII. Обеспечение реализации программы

Кадровое обеспечение

№	Должность	Направления деятельности
1.	Методист по УВР	<ul style="list-style-type: none"> • Разработка программы • Комплектование нормативной базы деятельности • Оперативное управление • Контролирующая деятельность
2.	Педагог-организатор	<ul style="list-style-type: none"> • Разработка сценариев и подготовка мероприятий. • Разработка программы

		<ul style="list-style-type: none"> • Популяризация чтения среди детей • Помощь в подборе литературы по организации мероприятий.
3.	Педагоги дополнительного образования	<ul style="list-style-type: none"> • Организация работы с детьми с ограниченными возможностями здоровья по социальной адаптации • Организация кружковой и клубной работы.
4.	Психолог	<ul style="list-style-type: none"> • Диагностика психологических особенностей детей с ограниченными возможностями • Индивидуальное консультирование детей, коррекционная работа • Организация тренинговых занятий, консультирование родителей • Проведение реабилитационного курса.
5.	Медсестра	<ul style="list-style-type: none"> • Реабилитационный курс по различным видам массажа, обучение родителей (по необходимости). • Первичный медосмотр • Контроль за общим состоянием здоровья детей, антропометрическими данными • Санитарно – просветительская работа • Контроль за соблюдением санитарно – гигиенических норм.
6.	Инструктор ФК	<ul style="list-style-type: none"> • Организация целенаправленной физкультурно-оздоровительной работы • Помощь в организации и проведении мероприятий спортивного характера.
7.	Учителя музыки и изо	<ul style="list-style-type: none"> • Проведение курса реабилитации музыкотерапии • Музыкальное сопровождение мероприятий. • Развитие моторики и двигательной памяти
8.	Инструктор по труду	<ul style="list-style-type: none"> • Организация работы с детьми с ограниченными возможностями здоровья по социальной адаптации • Организация кружковой работы «Мастер кулинарии» • Проведение досуговых мероприятий.

Материально-техническое обеспечение

Задействованные по программе помещения	Имеющееся оборудование
Спортивный зал, тренажерный зал	тренажеры, спортивный инвентарь, телевизор, DVD.

Актальный зал	Медео- оборудование, кондиционер, мебель, музыкальный центр
Сенсорная комната	Подсветка зеркал, зеркала, аромолампы, магнитофон, мячи, маты, шары
Кабинет психолога	Компьютер, мячи, развивающие игры, магнитофон, мебель
Кабинет мед. сестры	Кушетка, весы, ростомер, шкафы, приборы для лечения.
Процедурный кабинет	Мебель, кушетка
Столовая	Стол, стулья
Пищеблок	Электрические печи, посуда (столовые приборы), электробытовое оборудование, мойки, стеллажи, посуда (для приготовления пищи)
Игровые площадки на улице	Спортивное и игровое оборудование
Кулинарный класс	столовая группа электробытовое оборудование, посуда, электроплита, обеденная зона.

Помимо перечисленного гимназия располагает специализированным автотранспортом.

Приложения к программе

Приложение №1

Занятия педагога – организатора

Мероприятие 1. Посиделки «Детки - матери»

Цель: воспитание чувства любви к матери и гордости за неё, чувства уважения к ней.

Мероприятие 2. «Саквояж с чудесами»

Игровая программа

Цель: привитие любви к сказкам Г.Х.Андерсена, воспитание на примере сказочных героев доброты, сострадания.

Мероприятие 3. «Я желаю знать»

Интеллектуальная конкурсная программа

Цель: развитие кругозор детей с ограниченными возможностями здоровья.

Мероприятие 4. «Винни Пух и его друзья»

Спортивные игры детей с нарушением опорно - двигательной системы.

Цель: развитие спортивных навыков, взаимовыручки.

Мероприятие 5. «Чупо – шоу в гостях у Карлсона»

Праздничная игровая программа.

Цель: сплочение коллектива, формирование толерантного отношения друг другу.

Мероприятие 6. «Когда мои друзья со мной»

Беседа с элементами игры.

Цель : воспитание чувства товарищества, взаимовыручки, сообразительности.

Мероприятие 7. Инсценирование сказки «Как медведь трубку курил»

Цель: показать детям взаимосвязь образа жизни людей и их привычек, несовместимость вредных привычек как курение с благополучием и здоровьем человека.

Мероприятие 8. «День пешехода»

Цель: закрепление знаний правил дорожного движения, безопасного поведения на дорогах. Развитие внимания, наблюдательности, закрепление знаний правил для пешеходов в играх и инсценировках.

Мероприятие 9. «Область со страну величиной»

Информационно- познавательная викторина про Тюменскую область

Цель: изучение родного края.

Мероприятие 10. «Город наш любимый»

Краеведческая игра по станциям

Цель: привитие любви к родному городу, развитие интереса к истории.

Приложение №2

Курсы лечебной физкультуры

Обучение физическим упражнениям и последующая тренировка ребенка – это педагогический процесс, однако его успех зависит не только от квалификации инструктора по ФК. Чрезвычайно важным являются активное участие самого ребенка, его сознательное отношение к применению средств ЛФК, что играет большую роль в достижении конечного результата. И этим лечебная физическая культура существенно отличается от других средств лечения и реабилитации.

ЛФК является не только лечебно-профилактическим, но и лечебно-воспитательным средством, воспитывающим у ребенка сознательное отношение к применению физических упражнений, а так же активное

участие в лечебном и реабилитационном процессах, в основе которого лежит обучение физическим упражнениям. ЛФК показана почти при всех заболеваниях и травмах.

Основными средствами в лечебной физической культуре являются:

- физические упражнения;
- природные факторы (солнце, воздух, вода);
- лечебный массаж;
- двигательный режим.

Предлагаем комплексы упражнений для наиболее часто встречающихся заболеваний:

1. Разминка на 19 дней при ДЦП

- Упражнения на валике или мяче.
- Комплекс упражнений на спине;
- Комплекс упражнений на животе;
- Упражнения на мяче;
- Для развития опорной функции стоп: рефлекторные упражнения;
- Упражнение на 19 дней при ДЦП .

2. Примерный комплекс специальных упражнений для бронхиальной астмы.

3. Примерный комплекс лечебной гимнастики для детей, страдающих ожирением (вводный период).

4. Корректирующие упражнения для нормализации осанки.

5. Комплекс упражнений физкультурных минуток (ФМ):

- ФМ для улучшения мозгового кровообращения;
- ФМ для снятия утомления с плечевого пояса и рук;
- ФМ для снятия напряжения с мышц туловища.

6. Гигиенические правила и рациональный режим нагрузки на нижние конечности для учащихся с нарушениями формирования свода стопы

7. Упражнения используемые при сколиозах

8. Упражнения для формирования и закрепления навыка правильной осанки.

9. Упражнение для укрепления «мышечного корсета»:

- Для мышц спины;
- Для брюшного пресса;
- Для боковых мышц туловища.

Разминка при ДЦП

На шведской стенке или на стуле с лестницей вместо спинки.

1. Зафиксировать руки ребенка на перекладине лестницы на уровне груди, ноги поставить ровно. Поднять правую ногу на первую ступеньку и опустить, затем поднять левую ногу на первую ступеньку и опустить. (Начинать с 5 – 7 раз, затем увеличивать до 10).

2. Исходное положение - Зафиксировать руки ребенка на перекладине лестницы на уровне груди. Поднять правую руку на перекладину выше, затем поднять правую ногу на первую ступень лестницы. Поднять левую руку на ступень выше, затем поднять левую ногу. Подняться на 3 ступени. Затем спуститься: опустить сперва правую руку, затем правую ногу, после левую руку, затем левую ногу.
3. Зафиксировать руки ребенка на перекладине лестницы на уровне живота. Поставить ребенка спиной к себе и фиксировать колени. Ноги фиксировать рукой в коленном суставе, следить за тем, чтобы стопы стояли ровно. Приседание.
4. Исходное положение – встать ровно, ноги прямые, руки вдоль туловища. Поставить ребенка спиной к себе и фиксировать колени. «Наклоны вперед».
5. Исходное положение – встать ровно, ноги прямые. Переставной шаг влево и вправо до 12 раз.

Упражнения на валике или мяче.

Комплекс упражнений на спине.

Первая неделя.

1. И.п. на спине, на валике. Круговые вращения в плечевом суставе по часовой стрелке и против. Тоже другой рукой (следить за положением головы и туловища)
2. И.п. на спине, на валике. Сгибание и разгибание правой руки в локтевом суставе, голова повернута вправо. Тоже другой рукой, круговые вращения рук в локтевом суставе.
3. И.п. на спине, на валике. Сгибание и разгибания руки в лучезапястном суставе. Поочередно левой и правой руки.
4. Отведение большого пальца в сторону.
5. Поворот ладоней вверх и вниз.
6. И.п. на спине, на валике. Руки вытянуть вперед, наклонять валик вперед так, чтобы кисти рук касались пола, фиксировать раскрытую ладонь на полу 5- 10 секунд, затем вернуться в и.п.
7. И.п. на спине, на валике. Руки в стороны ладонями вверх, ноги вытянуть:
 - 1) Поворот вправо, левой рукой коснуться правой руки
 - 2) В исходное положение
 - 3) Поворот влево, правой рукой коснуться левой руки
8. В исходное положение. Присаживание с опорой на локоть, затем на кисть.

Комплекс упражнений на животе

1. И.п. на животе, на валике. Руки вытянуть вперед, наклонять валик вперед так, чтобы кисти рук касались пола, фиксировать раскрытую ладонку на полу 5- 10 секунд, затем вернуться в и.п.
2. Исходное положение на животе. Руки под грудью, ноги прямые имитация руками «Брассо».
3. Исходное положение на животе «Бокс».
4. Исходное положение на животе «Рыбка».
5. Полуотжимание.
6. И.п. (см п.1)
 - 1) Поднять голову, коснуться подбородком груди
 - 2) В исходное положение
 - 3) Поворот головы вправо и влево

Упражнения на мяче

1. И.П. стоя на коленях на полу перед мячом, с опорой рук на мяч. Поочередно, поднимаясь на каждую ногу, встать на обе ноги, прокатиться по мячу вперед и вернуться назад в И.П.
2. И.П. лежа животом на мяче, руки с опорой на пол. Катание на животе вперед-назад, перебирая по полу руками. Вернуться в И.П.
3. И.П. лежа животом на мяче, опора на ноги. Круговые вращения на мяче, перебирая по полу ногами – в одну и другую сторону.
4. И.П. «верхом» на мяче. Качание из стороны в сторону, с поочередной опорой на каждую стопу.
5. И.П. боком на мяче, опираясь одной рукой на пол. Взрослый поддерживает. Катиться вперед-назад, перебирая опорной рукой по полу.
6. И.П. лежа спиной на мяче, взрослый поддерживает за руки. Ребенок выполняет подтягивание корпуса вперед с помощью рук. Вернуться в И.П.
7. И.П. стоя перед мячом. Катание одной ногой мяча, стопа находится сверху. Спину держать прямо. Повторить другой ногой.
8. И.П. сидя на мяче. Выполнить повороты туловища в стороны. Спина прямая.
9. И.П. сидя на мяче. Выполнить наклоны в стороны, опираясь поочередно на каждую стопу.

Для развития опорной функции стоп: рефлекторные упражнения

- Указательным и средним пальцами захватите ступни, а большим пальцем нажмите на подошву у основания пальцев – это вызывает сгибание стопы. Затем проведите с нажимом по внутреннему краю стопы к пятке и по наружному краю – к мизинцу происходит разгибание стопы.

- Точечный массаж стопы: надавить кончиком пальца в месте перехода тыла стопы в голень. Это вызывает тыльное сгибание стопы.

Упражнение на 19 дней при ДЦП

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. Упражнение 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.

Примерный комплекс специальных упражнений при бронхиальной астме.

1. И.п. – о.с. Медленно поднять руки в стороны – вдох; опуская руки, сделать продолжительный выдох с произнесением звука «ш ш ш».
2. И.п. – стоя, обхватить руками нижнюю часть грудной клетки. Сделать вдох; на выдохе, слегка сжимая грудную клетку, протяжно произносить «ж».
3. И.п. – стоя, ноги на ширине плеч, кисти на грудной клетке (пальцы обращены вперед), выполнить отведение локтей в стороны – назад, толчкообразно нажимая кистями на ребра и произнося звук «О».

4. И.п. – то же, но равномерно отвести плечи назад – вдох свести плечи – выдох.
5. И.п. – сидя, руки на поясе, отвести правую руку в сторону – назад с поворотом туловища направо – вдох; вернуться в и.п. – продолжительный выдох. То же, но в левую сторону.
6. И.п. – стоя, ноги на ширине плеч; руки разведены в стороны, на уровне плеч и максимально отведены назад. На счет раз сделать вдох; на счет два – руки быстро скрестить перед грудью, чтобы локти оказались под подбородком, а кистями сильно хлестнуть по спине, выше лопаток, - выдох.
7. И.п. – лежа на спине; руки, согнутые в локтях, подложить под поясницу. На вдохе прогнуть спину с опорой на затылок и локти; на выдохе вернуться в и.п.
8. И.п. – то же, но руки вдоль туловища. Развести руки в стороны – вдох; подтянуть одно колено к груди, обхватив его руками, - медленный выдох. То же, но с другой стороны.
9. И.п. – то же, но делать вдох; поднимая туловище, наклониться вперед, коснувшись лбом коленей (руками тянуться к пальцам ног), - медленный выдох.
10. И.п. – то же, но поднять прямые ноги вверх – вдох; опуская ноги, сесть – выдох.
11. И.п. – то же, но плотно обхватить кистями нижнюю часть грудной клетки – вдох; на выдохе сжать грудную клетку руками.
12. «Диафрагмальное дыхание». И.п. – лежа на спине, ноги согнуты в коленях; одна рука лежит на груди, другая на животе. На вдохе брюшная стенка поднимается вверх вместе с рукой; рука, лежащая на груди, остается неподвижной. На выдохе живот втягивается; лежащая на нем рука надавливает на живот. Вдох – через нос, выдох через рот (губы сложены трубочкой).
13. И.п. – лежа на животе, руки вдоль туловища, выполнять поочередное приподнимание прямых ног вверх: поднять ногу вдох, опустить – выдох, то же, но другой ногой.
14. И.п. – упор лежа на животе; руки согнуты в локтях на уровне груди. Разгибая руки, приподнять верхнюю часть туловища и прогнуть спину – вдох; вернуться в и.п. – выдох.

15. И.п.- лежа на животе, руки вытянуты вперед. Приподнять вверх прямые руки и ноги – вход; задержать дыхание и вернуться в и.п. – медленный выдох.
16. И.п. – о.с. Поднять надплечья; затем, расслабив мышцы, опустить их.
17. И.п. – стоя, ноги на ширине плеч, руки опущены, соединить лопатки. Затем расслабить мышцы плечевого пояса и спины и слегка наклониться вперед.
18. И.п. – сидя, руки на поясе, расслабить мышцы правой руки и опустить руку. Расслабить мышцы левой руки и опустить. Расслабить мышцы шеи и наклонить голову вперед.

Примерный комплекс лечебной гимнастики для детей, страдающих ожирением (вводный период).

1. Ходьба с высоким подниманием коленей, переходящая в легкий бег на месте. Затем снова ходьба с постепенным замедлением темпа. Дыхание равномерное.
2. И.п. – ноги на ширине ступни. Наклонить голову вперед и коснуться подбородком груди. Затем отклонить голову назад до отказа.
3. И.п. – ноги на ширине ступни, руки в стороны. Круговые движения прямыми руками сначала в одну, затем в другую сторону.
4. И.п. – ноги вместе, руки опущены. Поднять обе руки с выпрямленными пальцами, поднять правую руку выше левой (сорвать яблоко), затем наоборот. Вернуться в и.п. Дыхание произвольное.
5. И.п. – ноги шире плеч, руки на поясе. Повороты туловища с отведением вытянутой руки в сторону – вдох, вернуться в и.п. – выдох.
6. И.п. – ноги шире плеч, руки свободно опущены. Наклоняясь вперед, скользить ладонями по ногам вниз – выдох, выпрямляясь в и.п. – вдох.
7. И.п. – ноги вместе, руки на поясе, Приседая на носках и разводя колени в стороны, развести руки в стороны – вдох, а выпрямляясь, вернуться в и.п. – выдох.
8. И.п. – сидя на стуле, ноги шире плеч, руки на коленях. Развести руки в стороны – вдох, пружинистый наклон вперед – достать руками пальцы ног – выдох.
9. И.п. – сидя на стуле, прогнуться, руки заложить за голову – вдох, руки свободно опустить, голову наклонить на грудь – выдох.
10. И.п. – лежа на полу на спине, поднять прямые ноги до вертикального положения. Темп медленный, дыхание произвольное.

11. И.п. – ноги вместе, руки согнуты в локтях. Бег на месте 15-30 сек, затем переход на ходьбу, постепенное замедление шага.

Основной период занятий

1. Ходьба с высоким подниманием коленей, переходящая в легкий бег на месте. Затем ходьба с постепенным замедлением темпа. Дыхание произвольное.
2. И.п. – ноги на ширине плеч, руки опущены. Круговые движения головой вправо – влево. Дыхание произвольное.
3. И.п. – ноги вместе, руки согнуты в локтях. Поднимая руки вверх, отставляя ногу на носок, поднять голову и прогнуться – вдох, сгибая руки, вернуться в и.п. – выдох.
4. И.п. – сидя на стуле, откинувшись на спинку, энергично втянуть живот, затем расслабить его. Дыхание произвольное.
5. И.п. – поставить одну ногу впереди другой на расстоянии большого шага и согнуть ее в колене, руки поднять вверх. Несколько наклоняя туловище и одновременно опуская руки вперед, отвести их назад – выдох, выпрямляя туловище, поднять руки вверх – вдох.
6. И.п. – лежа на полу, руки в стороны. Быстро поднять ноги вертикально вверх, а затем, разводя ноги врозь, медленно опускать их в стороны, касаясь пола. Дыхание произвольное.
7. И.п. – лежа на полу, руки под головой. Вдохнуть и поднять ноги до прямого угла, не отрывая таза от пола. Затем медленно опуская ноги, делать ими кругообразные движения в тазобедренных суставах внутрь или наружу – выдох.
8. И.п. – сидя на полу. Наклонить туловище вперед, руками стараясь обхватить ступни. Дыхание произвольное.
9. И.п. – лежа на спине. На живот положить легкую игрушку. При вдохе приподнимать игрушку, при выдохе опускать. Статическое диафрагмальное дыхание.

Упражнения для улучшения осанки

1. И. п. - стойка у стены в положении правильной осанки. Сделав шаг вперед, сохраните позу в течение 2-3 с. Вернитесь в и. п. Проверьте осанку. 8-10 раз.
2. И. п. - то же. Шаг вперед, руки в стороны. Присядьте, руки вперед. Сидя же, переведите руки в стороны, опустите вниз. Вернитесь в и. п. Следите за сохранением правильного положения головы, плеч, живота, таза. 8-10 раз.

Выполняя упражнения 1 и 2, на голову можно положить книгу.

3. И. п. - сидя на стуле. Поднимите руки в стороны - вверх, сведите лопатки. В этом положении согните руки, положите ладони на лопатки как можно ниже. Локти максимально разверните. Вернитесь в и. п. 10-12 раз.

4. И. п. - о. с. Правая рука вверху, левая внизу. Согните руки в локтях и постарайтесь соединить пальцы обеих рук за спиной в замок. Вернитесь в и. п. Повторите упражнение, меняя положение рук. 6-8 раз с каждой руки.

5. И. п. - о. с. На каждый счет подавайте вверх плечи вперед и назад. 10-15 раз.

6. И. п. - сидя на краю стула. Руками обопритесь о сиденье, локти отведены назад. Сильно прогнитесь в грудной части позвоночника, голову назад. Вернитесь в и. п. 10 раз.

7. И. п. - стойка на коленях с опорой на руки, голова опущена. На счет раз - прогнуться, голову вверх, старайтесь сильнее напрячь мышцы поясницы. На счет два - согнуть спину, голову вниз. 10-15 раз.

8. И. п. - о. с. Положите на голову книгу и ходите по комнате с различными движениями рук (в стороны, вперед, вверх) с легкими и глубокими приседаниями.

Цель: Обеспечение необходимой информацией, родителей имеющих детей с отклонениями в физическом развитии.

Задачи: 1. С помощью лечебной физической культуры, укреплять и сохранять здоровье на должном уровне.

2. Давать рекомендации родителям на протяжении всего курса лечения.

3. Контролировать состояние здоровья и проводить нормативные тесты.

Инвентарь и оборудование: Гимнастические палки, гимнастические бинты и стулья, гимнастическая скамейка, мешочек с песком, гимнастический коврик.

Комплекс упражнений физкультурных минуток (ФМ)

ФМ для улучшения мозгового кровообращения

1. Исходное положение (И.п.) – сидя на стуле. 1-голову наклонить направо, 2-и.п., 3-голову наклонить налево, 4-и.п., 5-голову наклонить вперед, плечи не поднимать, 6-и.п. Повторить 3-4 раза. Темп медленный.

2. И.п. – сидя, руки на поясе. 1 – поворот головы направо, 2 – и.п., 3 – поворот головы налево, 4 – и.п. Повторить 4 – 5 раз. Темп медленный.

ФМ для снятия утомления с плечевого пояса и рук

1. И.п. – стоя, руки на поясе. 1 – правую руку вперед, левую вверх, 2 – поменять положение рук. Повторить 3 – 4 раза, затем расслабленно опустить руки вниз и потрясти кистями, голову наклонить вперед. Затем повторить еще 3 - 4 раза. Темп средний.
2. И.п. – стоя или сидя, кисти тыльной стороной на поясе. 1-2 – свести локти вперед, голову наклонить вперед, 3-4 – локти назад, прогнуться. Повторить 5-6 раз, затем опустить руки вниз и потрясти расслабленно. Темп медленный.
3. И.п. – сидя, руки вверх. 1 – сжать кисти в кулак, 2 – разжать кисти. Повторить 6-8 раз, затем руки расслабленно опустить вниз и потрясти кистями. Темп средний.

ФМ для снятия напряжения с мышц туловища

1. И.п. – стойка ноги врозь, руки за голову. 1-5 – круговые движения тазом в одну сторону, 4-6 – то же в другую сторону, 7-8 – опустить руки вниз и расслабленно потрясти кистями. Повторить 4-6 раз. Темп средний.

Корректирующие упражнения для нормализации осанки

1. Стоя, пятки вместе, носки врозь, плечи отведены, лопатки соединить, живот подтянуть, подбородок приподнять.
2. Ходьба обычная, следя за осанкой.
3. Ходьба на носках, руки за головой.
4. Ходьба на пятках, руки на поясе.
5. Ходьба на наружном крае стопы, пальцы поджаты, руки на поясе, локти отведены назад.

Упражнения стоя

1. Поднять руки вверх, отводя ногу назад, сделать вдох, вернуться в исходное положение (основная стойка - выдох). То же самое другой ногой.
2. Ноги на ширине плеч, руки на поясе, 1-2 – развести локти в стороны, сводя лопатки – вдох, 3-4 – исходное положение – выдох.
3. Приседание с прямой спиной на носках (на пятки не опускаться), колени развести в стороны, руки вперед или в стороны на счет 1-2, на 3-4 медленно вернуться в исходное положение.
4. Ноги на ширине плеч, кисти к плечам. Вращение в плечевых суставах назад.
5. Ноги на ширине плеч, кисти к плечам. Наклон корпуса вперед с прямой спиной.

6. «Мельница». Соединить кисти рук за спиной (сверху то правая, то левая рука).
7. Ноги на ширине плеч, руки в стороны. Вращение рук назад.
8. Поднимание прямых рук через стороны вверх – вдох. Возвращение в исходное положение – выдох.
9. Ноги на ширине плеч, руки за спиной. Боковые наклоны корпуса в сторону на выдохе.
10. Ходьба по скамейке, стоящей на полу, или по рейке перевернутой скамейки, руки в стороны, на голове мешочек с песком (вес различен, в зависимости от возраста и тренированности).

Упражнение с палочкой

1. Поднимание рук с палочкой вверх с отведением одной ноги в сторону или назад.
2. Ноги вместе, руки опущены, в руках палочка. 1 – поднять руки с палочкой вверх – вдох, 2 – опуская палочку, поднимать одну ногу, согнутую в колене, коснуться палочкой колена – выдох, 3-4 – другой ногой.
3. Ноги на ширине плеч, палочка на груди: 1 – поднять палочку вверх; 4 – исходное положение.
4. Ноги вместе, руки опущены, в руках палочка: 1 – руки с палочкой на грудь, одно колено к животу; 2 – руки вверх, согнутую ногу выпрямить вперед (поднятую над полом); 3 – повторить первое положение; 4 – исходное положение, то же с другой ноги.
5. Палочка стоит вертикально, один конец упирается в пол, на другом конце руки. Приседание с опорой на палочку с разведением коленей, спина прямая, пятки пола не касаются.
6. Палочка лежит на полу. Перекат на палочке с пяток на носки, руки на поясе.
7. Ходьба по палочке приставным шагом (носки и пятки касаются пола).

Упражнение с резиновым бинтом

1. Стоя на бинте, кисти с бинтом на поясе, самовытяжение (макушкой тянуться вверх).
2. Стоя на бинте, ноги на ширине стопы, руки опущены, в руках бинт. Поднимание прямых рук через стороны вверх (бинт натянут) с последующим опусканием рук.
3. Исходное положение стоя на бинте, ноги на ширине плеч, кисти к плечам. Вращение в плечевых суставах назад (бинт на лопатках вертикально).

4. Приседание на носках, стоящих на бинте, с разведением коленей и подниманием прямых рук вверх.
5. Бинт на груди (один или два слоя). Растягивание бинта на груди с отведением локтей в стороны и сведением лопаток.

Примечание. Для создания хорошего мышечного корсета целесообразно применять упражнения в исходном положении лежа:

- а) на спине (для укрепления мышц брюшного пресса);
- б) на животе (для укрепления мышц спины);
- в) упражнения с отягощением (лежа) гантели; резиновый бинт, гимнастическая палочка.

Гигиенические правила и рациональный режим нагрузки на нижние конечности для учащихся с нарушениями формирования свода стопы (осуществляется в домашних условиях под контролем родителей)

1. Необходимо каждый день дома делать гигиеническую ножную ванну (36-37°).
2. Необходимо выработать походку без сильного разведения стоп.
3. Полезно ходить босиком по рыхлой почве, песку.
4. Не рекомендуется чрезмерная ходьба босиком или в обуви с мягкой подошвой (типа резиновых туфель) по утоптанной почве, асфальту.
5. Не рекомендуется находиться в помещении в утепленной обуви.
6. Лицам с наклоном к плоскостопию следует избегать продолжительного стояния (особенно с разведенными стопами), переноски тяжестей.
7. При необходимости длительного стояния полезно перенести на некоторое время нагрузку на наружный край стопы.

Упражнения используемые при сколиозах

Упражнения для формирования и закрепления навыка правильной осанки.

1. И.П. ребенка – стоя. Правильная осанка обеспечивается за счет касания стены или гимнастической стенки ягодичной областью, икрами ног и пятками.
2. И.П. ребенка – лежа на спине. Голова, туловище, ноги составляют прямую линию, руки прижаты к туловищу. Приподнять голову и плечи, проверить прямое положение тела. Вернуться в исходное положение.

3. И.П. то же. В правильном положении прижать поясничную область к полу. Встать принять правильную осанку, придавая поясничной области то же положение, которое было принято в положении лежа.

Упражнение для укрепления «мышечного корсета»

Для мышц спины

1. И.П. ребенка – лежа на животе, подбородок на тыльной поверхности кистей, положенных одна на другую. Перевести руки на пояс, приподнимая голову и плечи, лопатки соединить, живот не поднимать. Удерживать принятое положение о команде.
2. И.П. то же. Приподнимая голову и плечи, медленно перевести руки вверх, в стороны и к плечам.
3. И.П. то же. Поднять голову и плечи. Руки в стороны сжимать и разжимать кисти рук.
4. И.П. то же. Руки под подбородком. Поочередное поднятие прямых ног, не отрывая таза от пола. Темп медленный.
5. И.П. то же. Руки под подбородком. Приподнимание обеих прямых ног с удерживанием их до 10-15 счетов.
6. И.П. то же. Попарно друг против друга, мяч в согнутых руках перед собой. Перекатывание мяча партнеру и ловля с сохранением приподнятого положения головы и надплечий.

Для брюшного пресса.

И.п. лежа на спине, поясница, прижата к опоре(для всех упражнений).

1. Сгибать и разгибать ноги в коленном и тазобедренном суставах поочередно.
2. Согнуть обе ноги, разогнуть вперед, медленно опустить.
3. Поочередное сгибание и разгибание ног на весу «велосипед».
4. Руки за головой, поочередное поднятие прямых ног вперед.

Для боковых мышц туловища.

1. И.п. о.с. Поднять левую руку вверх, а правую руку отвести назад, то же с переменной рук.
2. И.о. О.с. Упражнение «насос».
3. И.п. О.с. Пружинящие наклоны попеременно в разные стороны.
4. И.п. лежа на животе. Прогибание спины. Левая рука вверх, правая назад. Затем поменять руки.
5. И.п. лежа на правом боку, прямая правая рука поднята вверх, левая расположена вдоль туловища. Удерживая тело в положении на боку, приподнимать и отпускать левую ногу, то же, лежа на другом боку.

6. И.п. сидя на четвереньках. Прогибание спины. Левая рука вверх, правая нога вытягивается назад. Повторить со сменой руки и ноги.

Приложение №3

Виды массажа

Массаж – это совокупность приемов механического дозированного воздействия в виде трения, давления, вибрации, проводимых непосредственно на поверхности тела человека как руками, так и специальными аппаратами через воздушную, водную или другую среду. Массаж может быть общим и местным. В зависимости от задач различают следующие виды массажа:

- Гигиенический массаж;
- Лечебный массаж;
- Спортивный массаж;
- Самомассаж.

Детям с ограниченными возможностями здоровья чаще всего проводится лечебный массаж. Этот вид массажа является эффективным методом лечения разнообразных травм и заболеваний. Различают несколько видов разновидностей:

- *Классический* – применяют без учета рефлекторного воздействия и проводят вблизи поврежденного участка тела или непосредственно на нем.
- *Точечный* – разновидность лечебного массажа, когда локально воздействуют расслабляющим или стимулирующим способом на биологически активные точки (зоны) соответственно показаниям при заболевании либо нарушении функций или при боли, локализованной в определенной части тела.

Предлагаем методику проведения массажа при плоскостопии, детском церебральном параличе, сколиозе.

ПЛОСКОСТОПИЕ

Задачи массажа. Способствовать укреплению мышц свода стопы, снять имеющееся утомление в отдельных мышечных группах, стремиться уменьшить болевой синдром. Восстановить функцию стопы, ее рессорные свойства.

Методика. Положение больного — лежа на животе, затем на спине. Начинают массаж с области бедра, затем массируют голень и голеностопный сустав. Применяют приемы: поглаживание, растирание, разминание, вибрацию. Особое внимание следует уделять передней и задней поверхностям мышц голени, затем непосредственно сводам стопы. Используют приемы: растирание, надавливание, сдвигание. Массаж необходимо сочетать с корригирующей гимнастикой, специальными упражнениями на развитие — такими, как езда на велосипеде, педали которого имеют конусообразный валик, предназначенный для формирования свода стопы. Полезны также плавание, ходьба по песку, гальке, лазание по канату, специальные

упражнения — сжимание пальцев стопы в «кулак», хлопки подошвами, переключивание стопой мелких предметов, сжимание стопой резиновой груши, поднятие мяча, медицинбола, различные виды ходьбы с акцентом на установку стоп. В конце массажа следует сочетать пассивные и активные движения. Продолжительность процедуры — 10—15 мин.

Курс лечения — 12—15 сеансов, желательнее их проводить через день. Необходимо помнить, что плоскостопие будет прогрессировать, если не принимать никаких мер, но этого можно избежать и даже в запущенных случаях полностью излечить. У детей обычно плоскостопие развивается медленно, и они не особенно жалуются на боли в стопах, поэтому с целью предупреждения развития более тяжелой деформации необходимо периодически осматривать стопы детей и при обнаружении признаков плоскостопия обращаться к врачу.

ДЕТСКИЙ ЦЕРЕБРАЛЬНЫЙ ПАРАЛИЧ

Задачи массажа. Способствовать расслаблению гипертонуса мышц, седативное действие на гиперкинезы отдельных групп мышц; стимулирование, тонизирование функции паретичных мышц; снижение вегетативных и трофических расстройств; улучшение общего — ребенка и улучшение

В зависимости от формы заболевания специалист по лечебному массажу выбирает наиболее эффективный вид массажа. Так, для расслабления мышц применяют такие приемы, как поглаживание, сотрясение, валяние, легкая вибрация лабильная. С целью стимуляции отдельных мышечных групп используют глубокое непрерывистое и прерывистое поглаживание пальцами, гребнями, растирание с отягощением, гребнеобразное, поколачивание, щипцеобразное разминание, штрихование, строгание.

При проведении сегментарного массажа применяют все приемы паравертебрального воздействия. План массажа строится по общему варианту воздействия: спина, воротниковая зона, окололопаточная область, верхние конечности, нижние конечности. Массаж рук и ног всегда начинают с вышележащих областей, т. е. плечо, предплечье, кисть и бедро^ голень, стопа.

Основное в проведении массажа — использовать все приемы избирательно, с учетом клинических особенностей состояния больного. Следует применять все специальные медикаментозные средства и проводить тепловые процедуры до массажа, при всех разновидностях массажа — учитывать возможную позу больного. Курс классического массажа — 25—30 процедур, сегментарного массажа — 10—15, линейного — 10—15, а точечного — 20—25 процедур. Все виды массажа необходимо сочетать со специальными упражнениями в процессе индивидуальных занятий с ребенком.

СКОЛИОЗ

Задачи массажа. Повышение общего тонуса организма; нормализация функциональных возможностей сердечно-сосудистой и дыхательной систем;

формирование правильной осанки; способствование укреплению мышц туловища, выработке мышечного корсета.

Положение больного — лежа на животе (массажист стоит справа), лежа на спине (массажист слева от больного) или лежа на противоположной стороне грудного сколиоза (массажист за спиной — сзади). При двойном искривлении позвоночника в разных отделах методику делят (условно) на 4 части, в каждом конкретном случае подходят дифференцированно.

Методика. Больной лежит на животе, массажист стоит со стороны грудного сколиоза (рис. 179). Вначале проводят общие поглаживания всей поверхности спины (плоскостное, обхватывающее, граблеобразное, глажение), затем осуществляют седативное, расслабляющее воздействие на верхнюю часть трапецевидной мышцы (поглаживание, растирание пальцами — круговое, вибрация лабильная непрерывистая), делают растирание, раз* минание, вибрацию на возвышении в области грудного сколиоза (гребнеобразное растирание, поколачивание, рубление, разминание щипцеобразное по длинным мышцам спины); все приемы с целью тонизирования, стимуляции проводить локально. После этого массируют область поясничной вогнутости (все приемы на расслабление, растягивание, воздействовать седативно — поглаживание, растирание, вибрация только лабильная, непрерывистая).

Больной поворачивается на левый бок. В этом положении используют приемы оттягивания за правый подвздошный гребень. После этого больной ложится на живот. Продолжают массаж области сколиоза в поясничном отделе, в области выпуклости (все приемы стимуляции, тонизирования — разминание, вибрация прерывистая, все разновидности для укрепления мышечного валика). Затем осуществляют расслабление и растягивание подлопаточной области (левой лопатки), обращая внимание на меж- реберья (граблеобразное поглаживание, растирание, вибрация лабильная), оттягивание левого угла лопатки от вогнутости позвоночника, стимуляция и тонизирование надплечья, мышц над левой лопаткой, верхней части трапецевидной мышцы (растирание, разминание, вибрация прерывистая, а также ударные приемы).

Больной переворачивается на спину. В этом положении проводят массаж передней поверхности грудной клетки.

В подключичной и надключичной областях, а также в области грудных мышц слева все приемы используются с целью стимуляции, укрепления мышечного корсета (растирание, разминание, вибрация прерывистая, ударные приемы). В области переднего реберного горба (выпячивания) проводятся приемы с надавливанием на эту область с движениями кзади, выравниваниями; массажные манипуляции с целью стимуляции, тонизирования. На передней брюшной стенке, брюшном прессе выполняются все приемы стимулирования, тонизирования (растирание гребнеобразное, разминание, вибрация прерывистая, ударная). На верхнем отделе грудных мышц справа делают все приемы на

расслабление и оттягивание плеча назад, выравнивая плоскости уровней надплечий. Завершают массаж общим поглаживанием всей спины, надплечий.

Методические указания. В области запавших ребер и мышц не применять приемы жесткого надавливания. Стремиться в методике к созданию симметрии тела. Использовать приемы пассивной коррекции. При практическом навыке специалист по массажу может одновременно массировать отдельные области, применяя приемы как стимуляции, так и расслабления. Данный вид массажа является важным корригирующим методом и дополнительным методом в комплексе с другими видами лечения. Время процедуры — 20—30 мин. Курс лечения — 20—25 процедур.

Приложение №4

Занятия по коррекции речевого развития

Нарушения речи — достаточно распространенное явление среди детей. Причины возникновения этих нарушений весьма разнообразны. Наиболее сложными являются органические нарушения — дизартрия, алалия, ринолалия. На этом фоне в большинстве случаев у таких детей присутствуют в той или иной степени нарушения звукопроизношения, лексики, грамматики, фонематических процессов.

Цель: подготовка А аппарата, к формированию артикуляционных укладов. У детей р/в - воспитание потребности речевого общения, развитие и уточнение пассивного словаря, коррекция дыхания и голоса.

Методы и приемы дифференцируются в зависимости от уровня развития речи. При отсутствии - стимулировать начальные голосовые реакции, вызывать звукоподражание. Работа идет на фоне медикаментозного лечения, физиолечения, массажа и лечебной гимнастики.

этап - формирование коммуникативных произносительных навыков.

Цель: развитие речевого общения и звукового анализа. При спастичности - расслабление мышц Л аппарата. Выборка контроля положением рта, развитием Артикуляционные движения, развитие голоса, коррекция речевого дыхания, развитие ощущения Артикуляционные движений и Артикуляционного праксиса.

По расслаблению мышц А аппарата с общего расслабления - затем шейной, грудной мускулатуры, рук. Затем мышц лица.

Выработка контроля за положением рта

этап - упражнения губ, способствующие их расслаблению и усиление тактильных ощущений в сочетании с пассивным закрыванием рта.

этап - тренирует активное открывание рта по словесной инструкции и возврат в исходное положение.

этап - закрывание рта производится пассивно- активным путем.

Ребенку легче закрыть рот в положении наклона головы и легче его открыть в положении запрокинутой головы. Возможно рефлекторное зевание. Предлагают задания по имитации положения рта на картинах. Затем усложняют - дуть через расслабленные губы, производить вибрационные движения.

Артикуляционная гимнастика

Вначале подключают более сохранные анализаторы (зрительные, слуховые, тактильные). Многие упражнения проводятся с закрытыми глазами, привлекая внимание к проприцептивным ощущениям.

Начинаем с воспитания активного прикосновения конца языка к нижним зубам.

Затем различные активные движения языка.

Стимуляция корня языка - рефлекторные сокращения при раздражении корня шпателем.

Закрепляется - покашливание.

Затем более тонкие дифференцированные движения кончиком языка.

Развитие артикуляционной моторики ведется систематически, деятельно.

Используем общий комплекс, затем закрепляем впрок упражнение.

Развитие ощущений артикуляционного движения и артикуляционного праксиса.

Для развития двигательно-кинестетических обратных связей проводим упражнения:

Потряхивание верхней и нижней губы, распрямление губ, опускание и поднятие нижней челюсти. «Качели» - перед зеркалом, без него, глаза закрыть. Логопед сам делает движение, а ребенок называет его.

Тренировка артикуляторно-сенсорных схем:

а) двугубная - губы пассивно смыкаются, удерживаются в этом положении, затем дует через губы, разрывая их.

б) Губно-зубная - указательным пальцем левой руки приподнимаем верхнюю губу, обнажая верхние зубы, указательным пальцем правой руки поднимаем нижнюю губу до уровня верхних резцов и просим дуть.

в) Язычно-альвеольная - кончик языка прижимается и удерживается у альвеолярного отростка, просим дуть, разрывая контакт.

г) Язычно-небный - голова закидывается, задняя часть языка приподнимается к твердому небу, ребенок производит кашлевые действия, фиксируем внимание на ощущениях языка.

Развитие голоса

Развиваем после артикуляционной гимнастики и массажа, расслабление шейной мускулатуры.

Упражнения по выполнению движения головы во все стороны-и-э-о-у-а-н

Активизация мягкого неба: глотание капель воды, покашливание, зевота, гласная «А» на твердой атаке.

Движения челюстей: открывание и закрывание рта, имитация жевания.

Челюстно-дрожательный рефлекс - легкое постукивание, ритмичное движение по подбородку вызывает движение нижней челюсти вверх, вырабатывать произвольный контроль за объемом и темпом выполнения движений, используя наглядные приемы (рисунки).

Затем эти упражнения выполнять по словесной инструкции с произношением различных звуков и их сочетаниях:

доп-доп, кор-кор, ов-ов

Используем упражнения по развитию смены голоса, тембра, высоты: прямой счет десятком с постепенным усилением голоса и обратно с понижением голоса, чтение сказок по ролям, инсценирование.

Коррекция речевого дыхания

Начинается с общих дыхательных упражнений. Цель: увеличение объема дыхания и нормализовать его ритм.

Учим дышать при открытом рте, попеременно зажимая то одну, то другую ноздрию, создавая «веер воздуха».

Тренировка носового дыхания «вдыхаем глубоко и выдыхаем длительно через нос».

Упражнение направлено на развитие ротового вдоха. Закрываем ноздри и просим вдыхать через рот, и просим произносить отдельные гласные звуки, слоги.

Вдох через рот - кладем руки на грудь ребром, как бы препятствуя вдоху в течение 1-2 секунд. Это способствует более глубокому и быстрому вдоху и удлиненному выдоху.

Задержать вдох, добиваясь быстрого и глубокого вдоха и медленного продолжительного выдоха. Ежедневно 5-10 мин.

А. Логопед произносит цепочку разных звуков, стимулируя к раздражению, изменяя громкость и тональность голоса.

Коррекция звукопроизношения

Отбираются те фонемы, которые произносятся правильно, т.е. которые простые.

Или выбирается звук, который отраженно произносится правильно.

Но до этого нужно добиться различия их.

Необходима тренировка слухового восприятия, научить ребенка слышать самого себя, уловить разницу между своим произношением и нормализованным звуком.

Постановка звука

Метод фонетической локализации - логопед языком и губам ребенка пассивно придает необходимую позицию звукоиспользования и т.д.

Ребенок привлекает внимание к ощущению положения. Затем он выполняет движение самостоятельно.

Опираясь на знание артикуляционного уклада, анализ структуры нарушений звукопроизношения ребенка (кинестетический анализ) и на специфические приемы постановки звука.

Основными методами являются:

-двигательно-кинестетический

-слухо-зрительно-кинестетический.

В процессе работы устанавливаются связи межанализаторные - между движениями артикуляционный и их ощущениями, между восприятием звука на слух, зрительным образом.

После постановки звука идет автоматизация его. Использует прием одновременного проговаривания звука и изображения его символа-рисования и говорения.

Дети, которые пишут, звук произносится одновременно с похлопыванием пальцами или постукивание ногой.

Коррекция звукопроизносительной стороны сочетается с работой под ее выразительностью, работа идет путем подражания, путем ускорения и замедления темпа речи, равномерно чередовать ударные и безударные слоги, выделять паузами или повышением голоса отдельные слова или группы слов. Содержание и методы работы изменяются в зависимости от характера и тяжести дизартрии.

Идет работа над лексикой, грамотной стороной речи.

Во всех случаях основной задачей работы является развитие и облегчение речевой коммуникации.

Используются приемы: игровой терапии в сочетании с индивидуальной работой над артикуляционным дыханием, фонацией и коррекции звукопроизношения, над личностью ребенка в целом.

Тема «звук ш»

Игрушки-материал: лошадка, мишутка, петушок, лягушка-квакушка - предметные картинки (ландыш, мышиний горошек, ромашки, пирожки, мороженное) муляжи фруктов, символы звука.

Ход занятия:

Оргмомент. Психогимнастика.

Показываются игрушки. Это лошадка, это мишутка- шалунишка, это петушок, это лягушка-квакушка. Изобразите мимикой и жестами движения персонажей – ЛОШАДКА (брови поднимаем вверх, губы – в улыбку, цоканье языком).

МИШКА- (брови нахмурить, движение телом влево-вправо, руки в кулачках, прижаты к бокам.

ПЕТУШОК – потянулись (петушок проснулся) ку-ка-ре-ку. ЛЯГУШКА – ква-ква-ква (безмолвные движения губами) ладонями рук показываем, как прыгает лягушка.

Гимнастика пальчиков.

Сообщение темы занятия.

На день рождения к мартышке пришли гости – лошадка, мишутка, петушок и лягушка. Какой звук ты услышал во всех этих словах?

- звук Ш. Сегодня мы будем вместе с ними повторять звук Ш.

Характеристика звука «Ш» по артикуляционным и акустическим признакам.

Какой это звук?

Ш – язычок «чашечкой», широкий кончик языка вверх, зубы сомкнуты, губы выдвинуты вперед и шипим, как шипит змея – ш-ш-ш. Звук – согласный, глухой, твердый.

Признание звука Ш в слогах.

Услышали лошадка, мишутка, петушок и лягушка про Мартышкин день рождения и зашептались: ша-шо-ши, вопросительно – пригласит ли их Мартышка на день рождения?

Шу-шо-шу (с просьбой). Шта-што-шту (утвердительно). Шва-шво-швы (радостно).

Произношение звука Ш в слогах.

Определение позиции звука, слоговой состав, падежное управление.

Кого пригласила Мартышка на день рождения? ЛОШАДКА – какой по счету звук Ш? 1-Л, 2-О, 3-Ш – третий, (3 слога) делим на слоги – 3 слога. МИШУТКА – 1 звук М, 2 – И, 3 – Ш (3 слога). ПЕТУШКА ЛЯГУШКУ

Что подарили гости Мартышке? (Перечисляют). Сначала назови подарки, в названии которых слышится звук Ш в начале слова. Шары, шоколадка. Шар – 1 слог. А теперь со звуком Ш.

В середине слова – машинка, матрешка, неваляшка, хлопушка.

И еще назови подарок, в названии которого звук Ш слышится в конце слова.

Карандаш – 3 слога.

7 Развитие фонематического восприятия.

А так же на день рождения Мартышке гости подарили букеты цветов. Выбери цветы со звуком Ш. Ландыши, ромашки, мышиный горошек. Мартышка приглашает нас на:

8. Физкультминутку.

По дорожке Сеня шел - плавно поднимаем руки. И горошину нашел - плавно отпускаем руки. А горошина - плавно поднимаем руки. Упала - плавно опускаем руки.

Покатилась - плавное движение рук справа налево (горошина катится).

И пропала - изображаем удивление - разводим руками в стороны, приподнимаем брови, приоткрываем рот. Ох-ох-ох-ох (на каждый слог качаем головой, обхватив ее руками).

Где-то вырастет горох! (Ладони смотрят друг на друга, кончики пальцев левой руки касаются кончиков пальцев правой руки (Бутон цветка).

Поднимаем руки вверх и разводим в стороны вверх - цветок вырос и расцвел.

Вверх...(хватаясь за воображаемый стебель то правой, то левой рукой лезем по полу вверх).

Вниз (Спускаются по нему).

9. На дне рождения Мартышка угощала гостей. Выбери угощение со звуком Ш: груша, вишня, черешня. Каким общим словом можно назвать все предметы? Фрукты.

Гости пили чай с пирожками. Выбери пирожки с начинкой, в названии которой есть звук Ш (с картошкой).

На десерт подали вкусное шоколадное мороженное и сливочное.

Выбери мороженное со звуком Ш (шоколадное).

Приложение № 5

Занятия социального педагога, педагога-организатора ОБЗР Занятие 1.

Тема: «Игры на знакомство и важные аспекты жизнедеятельности семьи и социально-значимые умения»

Цель и задачи: сформировать представление о важнейших аспектах жизнедеятельности семьи

- называть себя (фамилию, имя, отчество), адрес;
- называть членов семьи: отца, мать, брата, сестру, бабушек, дедушек;
- определить собственную роль в семье (сын, дочь, внук, внучка, брат, сестра).

Тема: «Транспорт»

Цель и задачи: Дать ребенку представления и знания о транспорте

- повторить правила дорожного движения, закрепить знания и навыки;
 - углублять знания детей о работе светофора т.е. о сигналах: красный, желтый, зеленый;
 - закреплять знания правил для пешеходов в играх и инсценировках;
 - расширять знания детей об улице (части дороги);
- развивать внимание, наблюдательность, речь.

Занятие 1 Беседа «Транспорт».

Должны знать.

- слово обобщенного значения «транспорт»;
- назначение транспорта (перевозка людей, грузов; для иных определенных целей: тушения пожара, уборки улиц и др.);
- названия транспортных средств;
- виды транспорта:
- по способу передвижения: наземный, воздушный, водный, подземный;
- по назначению: пассажирский, грузовой, специальный;
- наземный транспорт: автомобильный, железнодорожный, гужевого и др.;
- основные части транспорта: кабина водителя, кузов, салон для пассажиров, колеса и др.;
- правила поведения пассажиров в общественном транспорте

Занятие 2 «Светофор».

Цель: ознакомление с правилами перехода (проезда) перекрестка, регулируемого светофором.

Игровой материал: красные, желтые и зеленые круги, машины, фигурки детей.

Правила игры. Игра состоит из нескольких этапов.

Один из играющих устанавливает определенные цвета светофоров (наложением красных, зеленых и желтых кругов), машин и фигурки детей, идущих в разных направлениях.

Второй проводит через перекресток машины (по проезжей части) или фигурки детей (по пешеходным дорожкам) в соответствии с правилами дорожного движения.

Затем игроки меняются ролями. Рассматриваются различные ситуации, определяемые цветами светофоров и положением машин и пешеходов.

Тот из игроков, который безошибочно решает все возникшие в процессе игры задачи или допускает меньше ошибок (набирает меньшее число штрафных очков), считается победителем.

Занятие 3 «Итоговое занятие по правилам дорожного движения».

Оборудование: изображение светофора на стенде, плакаты, значок «отличник-пешеход».

Ход: 1. Организационный момент.

2. Речевая зарядка.

3. Загадки о светофоре.

...Вы, наверное уже догадались, сегодня у нас итоговое занятие по правилам дорожного движения.

Соблюдение правил дорожного движения является одним из важнейших элементов культуры поведения в общественных местах.

Весь транспорт на дорогах и улицах, все пешеходы при движении подчиняются единым правилам дорожного движения.

Правила движения – это закон, который охраняет безопасность движения как транспорта так и пешехода.

Первые правила дорожного движения были приняты в 1970 году. В правилах дорожного движения вносятся дополнения, изменения.

Находясь на улице, все участники движения должны быть внимательны к окружающей обстановке, вежливы и предусмотрительны друг к другу. Для того чтобы на дорогах было безопасно, все автомобили, автобусы, троллейбусы подчиняются строгим законам дорожного движения.

Знать и выполнять правила дорожного движения на улице должны все пешеходы, взрослые и дети.

Любое, даже незначительное нарушение правил дорожного движения может вызвать дорожное происшествие, которое повлечет за собой увечье людей, выход из строя дорогостоящей автомобильной техники и порчу перевозимого груза.

Поэтому к нарушителям движения применяются строгие меры. А чтобы этого не случилось, мы должны знать и выполнять закон улиц и дорог – все правила дорожного движения.

Правила дорожного движения мы обязаны соблюдать, чтобы не подвергать опасности себя и других.

Ведущий: - Что должны делать пешеходы, когда горит этот сигнал? (показать красный).

- Почему красный свет запрещающий?

Ответ: - Красный свет сигнал опасности, сигнал тревоги. И так не только в светофоре. Красные лампочки загораются с наступлением темноты там, где ремонтируют дорогу или улицу.

Красные фонарики вспыхивают позади каждой машины, когда она тормозит.

Красный огонек сигналист водителям и пешеходам на железнодорожном переезде. Красным цветом окрашены пожарные машины. Красные тряпочки повязывают там, где ремонтируют дорогу. Красный цвет самый заметный. Он издали виден и его не спутаешь ни с каким другим.

Кто такие пешеходы?

Я, ты, мы, они и все прочие, кто идет по улицам на своих двоих – они пешеходы. Идущие по улице, все являются пешеходами. Пешеходы составляют большую часть человечества. Его всеми сигналами стараются отделить от транспорта.

Для этого устроили на перекрестках светофоры, на мостовых нарисовали различные линии, островки безопасности, следят за движением регулировщики – сотрудники ГАИ.

- на какие части делится улица? (проезжая часть, тротуар, если нет тротуара обочина дороги или пешеходная дорожка).

- что такое проезжая часть? (часть дороги, по которой едут машины, одним словом, по которой идет транспорт).

- что такое одностороннее движение? (машины движутся только в одну сторону).

- двустороннее движение? (если автомобили едут в одну и другую сторону).

- какой стороны должны придерживаться пешеходы? (на широких тротуарах больших городов обычно образуется два потока людей. В одну сторону люди идут по правой стороне, а навстречу - по левой).

1. Мчатся машины – и каждому ясно:
Играть на дороге очень опасно!
2. Это очень интересно – над дорогой переход:
Рассмотреть машины сверху может каждый пешеход.
3. Куда б ни торопился ты, к друзьям или к обеду,
Подъехал к переходу – слезай с велосипеда!
4. Правило простое ты не забывай:
Нужно только спереди обходить трамвай!

5. Пешеходу нужно помнить это правило в пути:
И троллейбус, и автобус только сзади обходи!
6. Белые полосы и зеленый свет –
Веселее «зебры» перехода нет!

Приложение № 6

Занятия педагога – психолога Занятие 1. «Знакомство»

- Цель:**
1. Определение уровня развития мелкой моторики.
 2. Владение карандашом, ножницами, кисточкой.
 3. Умение распознавать и выделять цвета.
 4. Развитие памяти и внимания.

Оборудование: - 2 листа ватмана
цветные карточки: красные, синие, зеленые, черные
мяч. Бумага, цветные карандаши
карточка с нарисованным беспорядком на кухне
ножницы, клей, кисти
- ксерокопия с упражнениями для «тренировки»

Ход занятия:

Развивающая часть занятия.

- а) Игра «Знакомство»
- б) Упражнение «Строим дом»
- в) Упражнение «Беспорядок на кухне»
- г) Тренируемся (развитие мелкой моторики рук)
- д) Завершение занятия

Игровая часть занятия.

Занятие 2. «Я – запоминаю!»

- Цель:**
1. Развитие долговременной и кратковременной памяти.
 2. Развитие восприятия.
 3. Развитие мелкой моторики рук.

Оборудование:

- нарисованный дом цветные карточки (красные, синие, зеленые, черные)
- ножницы
- лист белой бумаги с закрашенными фигурам
- ксерокопия для «тренировки»

Ход занятия:

Развивающая часть занятия.

- а) Упражнение «Приветствие»
- б) Определение настроения
- в) Упражнение «Беспорядок на кухне»
- г) Упражнение «Снежное поле»
- д) Тренируемся (развитие мелкой моторики рук)
- ж) Завершение занятия.

Занятие 3. «Я ничего не забываю!»

Цель: 1. Развитие тактильного восприятия.

2. Развитие мелкой моторики рук.
3. Развитие слуховой кратковременной памяти.
4. Увеличение объема памяти.

Оборудование: - нарисованный дом

цветные карточки: красные, синие, зеленые, черные

наклеенные на листок картона фигуры

полотняный мешочек

ксерокопия для «тренировки»

Ход занятия:

Развивающая часть занятия.

- а) Упражнение «Приветствие»
- б) Упражнение «Снежное поле»
- в) Упражнение «Запоминаем вместе»
- г) Тренируемся (развитие мелкой моторики рук)
- д) Завершение занятия

Игровая часть занятия.

Занятие 4. «Я умею рассказывать!»

Цель: 1. Развитие внимания.

2. Развитие речи.
3. Развитие слуховой, кратковременной и долговременной памяти.
4. Увеличение объема памяти и внимания.

Оборудование: - нарисованный дом

цветные карточки: красные, синие, зеленые, черные

ксерокопия для «тренировки»

Ход занятия:

Развивающая часть занятия.

- а) Игра «Приветствие»
- б) Упражнение «Запоминаем вместе»
- в) Упражнение «Охарактеризуй игрушку»
- г) Упражнение «Найди игрушку»
- д) Тренируемся (развитие мелкой моторики рук)
- ж) Завершение занятия

Игровая часть занятия.

Занятие 5. «Я умею думать!»

Цель: 1. Развитие внимания.

2. Развитие памяти.
3. Развитие мышления.

Оборудование: - нарисованный дом

цветные карточки: красные, синие, зеленые, черные

карточки с нарисованными предметами

ксерокопия для «тренировки»

Ход занятия:

1. Развивающая часть занятия.

- а) Игра «Приветствие
 - б) Упражнение «Запоминаем вместе'»
 - в) Упражнение «Найди отличия»
 - г) Тренируемся (развитие мелкой моторики рук)
 - д) Завершение занятия
- Игровая часть занятия.

Занятие 6. «Ну-ка, отгадай!»

Цель: Развитие мышления и речи.

Оборудование:- цветные карточки: красные, синие, зеленые, черные
- детское лото с парными картинками
- ксерокопия для «тренировки»

Ход занятия:

Развивающая часть занятия.

- а) Игра «Приветствие»
 - б) Игра «Ну-ка. Отгадай!»
 - в)Игра «Определи игрушку»
 - г) Игра «Парные картинки»
 - д)Тренируемся (развитие мелкой моторики рук) ж/Завершение занятия.
- Игровая часть занятия.

Занятие 7. «Слушай хлопки!»

Цель: Развитие внимания и самоконтроля.

Оборудование: - цветные карточки: красные, синие, черные, зеленые
- ксерокопия для «тренировки»

Ход занятия:

Развивающая часть занятия.

- а) Игра «Приветствие»
- б) Игра «Слушай хлопки»
- в) Игра «Цифры»
- г) Упражнение»Четыре стихии»
- д) Тренируемся (развитие мелкой моторики рук)
- ж) Завершение занятия.

Игровая часть занятия.

Занятие 8. «Все чему я научился пусть останется со мной!»

Цель: Закрепление приобретенных умений и навыков.

Оборудование: - цветные карточки: красные, синие, черные, зеленые
- ксерокопии для»тренировки»

Ход занятия:

Развивающая часть занятия.

- а) Игра «Приветствие»
- б) Игра «Через стекло»
- в) Игра «Четыре стихии»
- г) Упражнение «Запоминаем вместе»

д) Тренируемся (развитие мелкой моторики рук и логического мышления)

Занятие: «День рождение газетного человека»

Цели:

а) закрепление у детей представлений о разных эмоциональных состояниях;

б) устранение неэффективного психологического напряжения;

в) Формирование у детей представление о празднике, о Дне рождения;

Задачи:

- закрепление представлений о человеческом теле;

- формирование способов эффективного взаимодействия детей (умение договариваться, уступить сделать вклад в общее дело, увидеть успехи других, оценить свои достоинства);

- коррекция мелкой моторики рук.

Оборудование:

- много-много газет, клей, ножницы

- бумага А3, А1

- коктейльные соломинки

- гуашь, акварель, кисти разной толщины, вода

- пиктограммы эмоций (на карточках в виде вырезанных кружков)

- изображения разных сказочных персонажей с тремя типами эмоций

Ход занятия:

Упражнение «Приветствие»

Группа детей собирается на ковре, и психолог бросает мячик каждому из детей и просит каждого ребенка назвать свое имя, а затем с каждым ребенком с помощью той же процедуры психолог здоровается.

Беседа на ковре.

Детям демонстрируется три пиктограммы с разными эмоциями.

Психолог: Какое настроение у этого человечка? А у этого? Какое настроение дарит людям обладатель этой рожицы? Найдите на картинке человечков, у которых такое настроение / работа с пиктограммами/.

Изобразите лицо радостного, грустного печального человечка.

Задание на конструирование

Психолог предлагает детям сделать человечков из газеты и клея. Вначале детям дается простая инструкция: «Сегодня мы все вместе будем делать Газетного человечка».

Само по себе задание интересно детям, поэтому дополнительной мотивации не требуется. Взрослый демонстрирует способ выполнения работ: комкает газеты для придания задуманной формы, обматывает клеем. После показа проходит распределение обязанностей / один делает голову, другой туловище и т.д./ Психолог выступает в роли активного помощника. Очень важно поощрять инициативу ребенка указывать ему на его «идеи», успехи. Газетного человечка можно украсить цветной бумагой, любым бросовым материалом, сделать ему лицо, уши, пальцы и пр., придумать имя, с которым согласятся все члены группы, если это коллективная работа.

4. Упражнение на снятие напряжения «Фейерверк»

Психолог говорит, что у газетного человечка сегодня первый день рождения, и в его честь устраивается фейерверк. Для этого используются коктейльные соломинки, бумага А3, акварель. Психолог капает на лист бумаги капли разбавленной акварели, дети поднося к ним соломинки, раздувают цветную воду в разные стороны / техника часто описывается в детских журналах, в частности - в книге «Веселое рождество». Это забавное рисование, оно и используется для того, чтобы порадовать ребят. Однако нежелательно играть с капельками дольше 3-5 минут, так как от старательного выдувания воздуха через соломинки может закружиться голова.

5. Задание «Поздравления с днем рожденья»

Последняя часть занятия может иметь различные варианты. Их выбор определяется количеством оставшегося времени, направлением развития сюжета, особенностями созданных детьми поделок.

Вариант 1. на праздник в честь дня рождения могут прийти всевозможные гости. Например так: ребята гуашью и акварелью разукрасят свои ладошки или боковые стороны ладоней, сделают на листе / не меньше А2 / отпечатки. Если детей не сильно захватит процесс разукрашивания рук и рисования ладонями, можно предложить дорисовать «гостей» / обвести контуры, сделать им ножки, усики, глазки и пр./

Вариант 2. Можно сделать подарки «новорожденному», приготовить праздничный обед. Затем устраивается торжественное празднование с добрыми пожеланиями и танцами под музыку.

6. Итог занятия.

Дети выбирают среди поделок те, которые хотят оставить для выставки, прикрепляют к стенам или расставляют по пространству комнаты. Рефлексивный анализ поделок проводить не нужно, т.к. для дошкольников такой анализ сложен, чаще всего они с ним не справляются, поэтому он специально не организуется / но бывают и индивидуальные исключения/.

«Волшебное озеро»

Цель: Развитие творческих способностей детей с ограниченными возможностями здоровья и их коммуникативных навыков.

Задачи: Приобретение детьми навыков невербальной коммуникации; развитие умения работать в соответствии с заданной ролью

Оборудование и материалы:

1. компьютер и экран, чтобы транслировать образы музыки
2. музыкальный центр, запись звуков природы и релаксационной музыки
3. бумага, изобразительные средства (простые карандаши, краски, кисточки, стаканчики для воды, ватман)
4. стулья, поставленные по кругу
5. столы для рисования
6. магнитная доска
7. бланк « Обитатели водной стихии в большом аквариуме»

8. клей
9. цветные геометрические фигурки
10. расписанные камушки-сувениры для детей

Время: 60 минут

Разминка:

Психолог: Я думаю каждый из присутствующих хоть когда -нибудь слышал, что 70 % информации мы получает через глаза.

По этой причине человека, которого мы встречаем в первый раз, мы неосознанно оцениваем, учитывая невербальные показатели его поведения. Например,

1. Упражнение « Знакомство: руки»

Психолог: Попрошу всех присутствующих взяться за руки. Сейчас несомненно ощущаете, что вашу руку все держат по-разному. Одни сжимают ее уверенно, другие - осторожно, третьи - робко. Таким образом, первое наше впечатление о человеке уже есть, хотя мы это не всегда успеваем осознать.

2. Упражнение « Представление»

Психолог: А теперь сделайте шаг вперед и назовите уверенно свое имя... Итак, первая попытка *..{дети называют имена}*, вторая попытка *..(дети называют свои имена более уверенно)*, а теперь еще громче!

3. Упражнение « Знакомство: руки»

Психолог: Теперь поверните руки вверх, а я пройду и дотронусь до них, а вы мне назовете свое имя *(дети выполняют это упражнение, а затем переходят к следующему. Оно выполняется сидя на стульях , поставленных по кругу)*

4. Упражнение «Встаньте те, у кого..»

Психолог: Сейчас я попрошу вас немного рассказать о себе, но делать это будет нужно ,согласно условиям нашего занятия, без слов. Я вас буду просить что-то сделать, но вы будете выполнять мои просьбы только тогда, если можете соответствовать моему вопросу, например, «Встаньте, пожалуйста, те, у кого голубые глаза».

5. Упражнение «Фрукт-овощ, животные - водные обитатели»

Психолог: Теперь я буду бросать кому-то из вас мячик, а вы будете называть предметы на заданную мной тему. Желательно не ошибаться и внимательно следить за сменой тем.

(темы: «Овощи», «Фрукты», «Птицы», «Рыбы»)

6. Игра « Желтый — красный мяч»

Психолог: А теперь проверим все ли уже проснулись, зарядились энергией и готовы работать дальше.

/ Желтый и красный мячик дается двум разным детям, которые его бросают тому ребенку, который печален, мрачен / в общем, не

улыбается/ - красный мяч; или тому, кто в хорошем настроении/ улыбается/ — желтый мяч./

Психолог:

Среди бескрайних просторов лесов и пустынь, гор и равнин есть тайные озера, подобно голубым самоцветам на зеленом платье земли. Эти озера наполнены волшебством детства и мудростью прошлых поколений. Одни озера такие тихие и прозрачные, а их воды так приветливы и теплы, что хочется сразу окунуться в них, но есть и другие озера - мрачные и холодные, их глубокая темная вода пугает и отталкивает неосторожного путника. Несмотря на кажущуюся простоту и доступность ты никогда не знаешь, что ожидает тебя в глубинах этих озер, где их ключи, кто населяет их, что происходит на самом дне и есть ли подводные течения, омуты и камни.

Каждое озеро - это тайна, постоянно меняющая свои очертания. Кто-то увидит только гладь озера, кто-то готов добраться до его глубин. А стоит ли вообще пытаться узнать тайны озер? А может, обойти их стороной или научиться плавать в загадочных водах, узнавая ответы на самые сокровенные вопросы? У нас всегда есть выбор? Озера - это как детские души, как отдельные миры, со своими историями, со своей судьбой...

Сегодня у нас есть шанс окунуться в тайны озера детской души, посмотреть, услышать, почувствовать, узнать и удивиться. Пусть это невольное вторжение станет путеводной звездой в мир детства и открытий.

Итак, путешествие в Страну озер начинается. К сожалению, вы не можете быть в этой стране людьми. Вы должны представить себе образ, в котором вы будете путешествовать по Стране озер.

1. Упражнение «Мой новый образ для путешествия»

Психолог: На листе бумаги в течение 8-10 минут опишите образ, который будет представлять вас в Стране озер */Детям раздаются листы, на которых схематично изображено подобие большого 4-х угольного аквариума/*

Дайте имя образам и выберите один из них. Не называйте себя вслух. Свой листочек я попрошу вас положить в карман и сохранить, или отдайте его мне, предварительно подписав. Он нам понадобится в конце занятия. Нам необходимо пройти через круг, чтобы оказаться в волшебной стране.

2. Упражнение «Ритуал прохождения круга»

(Все участники берутся за руки . Потом по очереди проходят вокруг каждого участника, под руками, и становятся на свое место)

Психолог: Пусть каждый найдет себе место в круге. Когда вы проходили через круг, вам помогали другие, что часто бывает в жизни. **Помоги другому - помогут и тебе.**

Психолог: Для того чтобы чувствовать себя в безопасности, все жители озера должны знать друг друга. Предлагаю всем жителям озера познакомиться.

Упражнение « Угадай кто я такой?»

/ необходимо невербально угадать кто твой сосед/ Дети начинают свободное движение по помещению.

Психолог: Каждый должен познакомиться с каждым через невербальное представление своей роли. Ребенок отгадывает, кто вы в озере, а затем сам через движения представляет свою роль. Ваша задача - отгадать и назвать.

Упражнение « Найди сородичей!»

/ по невербальным признакам нужно угадать дружественного обитателя озера и объединится похожим персонажам/

Упражнение « Придумай историю своего появления в этом озере»

/ по желанию используется прием сочинения историй Джанни Родари/

Упражнение « Три зоны озера»

Психолог: Наше озеро богато разными формами жизни. Каждый из нас обладает только ему присущими индивидуальными особенностями и способностями. У каждого из нас свои смыслы, свои цели и ожидания. Каждый может представить себе свое, особое озеро.

Упражнение «Три зоны озера»

Пространство условно делится на три части, и ведущий говорит детям, где какая зона озера. Дети объединяются и рассаживаются в своих зонах/ произвольно, исходя из выбранных ролей/. Ведущий предлагает им всем вместе посоветоваться, обобщить выбранные роли и описать зону своего обитания / кто здесь водится, какие особенности у организмов, чем они питаются и т.д./

Презентация зон. От каждой зоны озера выбирается представитель, который должен рассказать о сообществе, выбравшем его и рассказать о его ярких представителях.

Упражнение « Мой образ »

/ Рисование своего персонажа, выбирая приемлемые для этого средства: газету, краски, журналы/коллаж/, пальцеграфию, ладонную живопись/

Психолог: Найдите свое место на изображении, прикрепите в этом месте свой нарисованный образ. Итак, вы узнали, нашли свое место в общем рисунке. Скажите вслух о том, что вам показалось неожиданным и необычным в расположении вашего и других рисунков в общем образе.

Упражнение «Озеро нашего сообщества»

Участники сидят в кругу.

Психолог: Давайте вместе составим рассказ о нашем общем озере, в котором живут и обитают самые необычные и особенные создания на земле. Сначала один из вас первым скажет одну - две фразы, с которых и начинается наш рассказ. Далее двигаемся по кругу, по часовой стрелке, и каждый по очереди будет, продолжая повествование, говорить свои предложения»

Например: « Все существа, живущие в озере, чувствуют себя счастливыми и полезными»

/ Дети соединяют отдельные кусочки своих озер в одно целое озеро/

Психолог: А теперь мы отдохнем и полюбуемся озером / *Медитация/*

Сядьте удобно, расслабьтесь. Берега озера утопают в зелени. Свежий воздух, прохлада, шелест травы всегда притягивают. Опускаемся в траву и

закрываем глаза. Вы расслабляете ноги, руки, лицо: дышится легко, ровно, глубоко. Травы, ваши любимые травы упоительно пахнут, придают силы и уверенности. Вы видите свой любимый цветок. Он склоняется над вами и приветствует. Дышится легко, ровно, глубоко. Кругом тишина. Только журчит вода, где-то поет птица, радуясь вместе с нами каждому мгновению дня. Дышится легко, ровно, глубоко. Вы смотрите в голубое небо. Облака спокойно плывут по голубому воздушному морю. Дышится легко, ровно, глубоко. Насладившись прохладой, вы встаете с цветочного ковра. Вы возвращаетесь домой.

А теперь откройте глаза.

На память земля дарит вам маленький кусочек себя из Волшебного озера.