

# Семейное ресурсное объединение «ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ»

Формирование двигательных навыков у детей с ДЦП  
«Радость движения – радость жизни»

30.09.2023 г.



Алексеев Андрей Андреевич  
Инструктор по физической культуре ГКОУ СКОШИ № 31



# Общие понятия, и как физические упражнения влияют на формирование ДВИГАТЕЛЬНЫХ НАВЫКОВ.

Физические упражнения – это фундамент и основа реабилитации и адаптации детей с двигательными нарушениями в комплексной терапии.



**Двигательная активность, физическая культура и спорт**



- эффективные средства сохранения и укрепления здоровья;
- им принадлежит первостепенная роль среди факторов, влияющих на рост, развитие и состояние здоровья детей и подростков;
- значительно улучшают работу всех органов, систем органов и организма в целом;
- позволяет продлить активный образ жизни.

Основные задачи: научить и подготовить ребёнка к тем двигательным действиям, к которым он на данный момент готов.

# Учим ребёнка держать ГОЛОВУ

Подъём головы лёжа на спине – очень важный элемент в двигательной коррекции детей с ДЦП. Дети, которые не могут держать голову, с трудом выполняют другие упражнения. Поэтому умение держать голову очень важно для дальнейшего двигательного развития. Этот навык очень важный. Он формируется в первые 6 месяцев после рождения.



# Учим ребёнка переворачиваться

Если ребёнок плохо держит голову, перевороты будут даваться ему на много труднее. Поэтому при контроле головы нужно отрабатывать и перевороты.



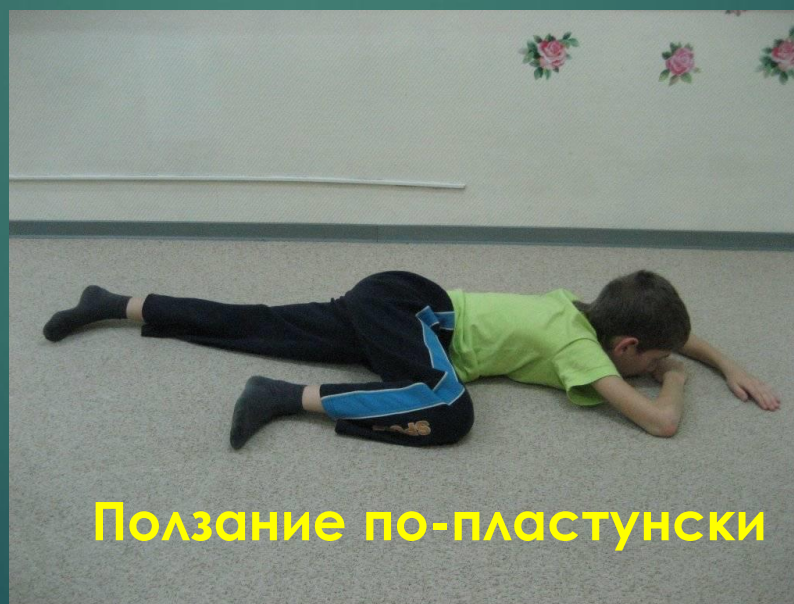
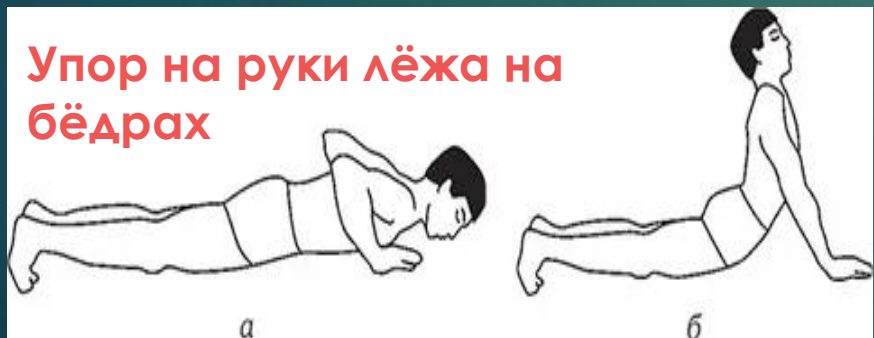
Более лёгкий способ переворотов, который актуален для маленьких детей, – это перевороты за счёт нижних конечностей.

# Отрабатываем навыки ползания

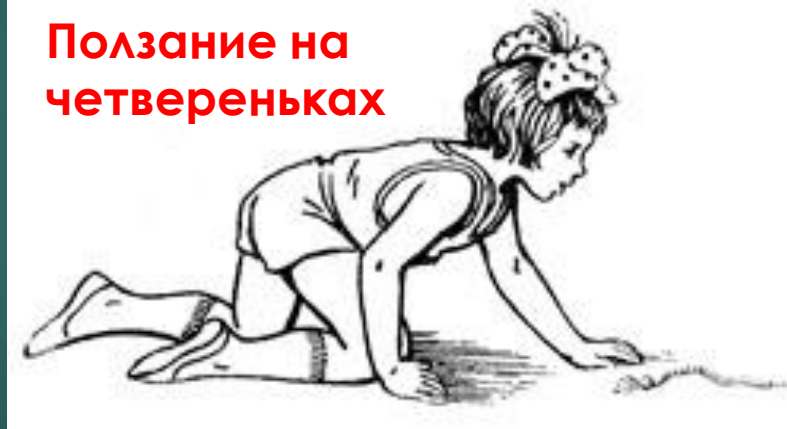
Ползание на четвереньках – это основа вертикализации. Часто дети с высокой спастикой в ногах овладевают навыками ползания на животе по-пластунски. Весь упор идёт на верхний корпус и руки.

Более лёгкое перемещение в пространстве – это ползание на четвереньках.

**Упор на руки лёжа на бёдрах**



**Ползание на четвереньках**



# Удержание позы ребёнка в пространстве

Равновесие, баланс или удержание позы ребёнка в пространстве – это всё одно и то же. Всё это – свободный перенос тела.

Самый доступный и распространённый тренажёр – это балансир, который представлен во множестве вариантов.

## Работа на линии



Упражнения направлены на: координацию движений, тренировки равновесия. Сознательно прочувствовать собственное тело, испытать состояние внутреннего покоя через концентрацию.

Балансир деревянный



Прямоугольный

Балансировочная подушка



Мягкая

# Тренируем позу «стояние на коленях»

Поза «стояние на коленях» - это переходное положение между позой на четвереньках и стоянием на ногах.



Методы:

Стояние на двух коленях

Стояние на одном колене

