

Департамент социального развития
Ханты-Мансийского автономного округа – Югры

Бюджетное учреждение Ханты-Мансийского автономного округа – Югры
«Комплексный центр социального обслуживания населения «Гармония»

«ШАГ ВПЕРЕД»
проект по реабилитации детей-инвалидов и детей с
ограниченными возможностями здоровья посредством
использования элементов адаптивной и лечебной физической
культуры в условиях отделения реабилитации детей и
подростков с ограниченными возможностями

Авторы:
М. А. Исаева,
инструктор по лечебной физической
культуре отделения реабилитации
детей и подростков с ограниченными
возможностями
О. А. Васильевна,
заведующий организационно-
методическим отделением

Мегион
2016

ИНФОРМАЦИОННАЯ КАРТА ПРОЕКТА

1. Полное название проекта	«ШАГ ВПЕРЕД» (проект по реабилитации детей-инвалидов и детей с ограниченными возможностями здоровья посредством использования элементов адаптивной и лечебной физической культуры в условиях отделения реабилитации детей и подростков с ограниченными возможностями)
2. Автор (составитель) проекта	- Муминат Арсланбековна Исаева, инструктор по лечебной физической культуре отделения реабилитации детей и подростков с ограниченными возможностями; - Ольга Анатольевна Васильева, заведующий организационно-методическим отделением
3. Руководитель проекта	- Комарова Инна Михайловна, директор БУ «Комплексный центр социального обслуживания «Гармония»; - Зиминая Татьяна Андреевна, заведующий отделением реабилитации детей и подростков с ограниченными возможностями
4. Исполнители проекта	- Муминат Арсланбековна Исаева, инструктор по лечебной физической культуре отделения реабилитации детей и подростков с ограниченными возможностями; - Елена Ивановна Качур, медсестра по массажу отделения реабилитации детей и подростков с ограниченными возможностями; - Лариса Яковлевна Хозяшева, врач-педиатр отделения реабилитации детей и подростков с ограниченными возможностями; - психолог - Александра Владимировна Вербицкая, методист организационно-методического отделения; - инструктор-методист по адаптивной физической культуре социально-реабилитационного отделения для граждан пожилого возраста и инвалидов; - Елена Владимировна Докучаева, специалист по социальной работе организационно-методического отделения; - Галина Владимировна Маяйчева, медицинская сестра отделения реабилитации детей и подростков с ограниченными возможностями
5. Территория	муниципальное образование город Мегион
6. Место проведения	БУ «Комплексный центр социального обслуживания населения «Гармония», отделение реабилитации детей и подростков с ограниченными возможностями
7. Юридический адрес учреждения	628690, Российская Федерация, Ханты-Мансийский автономный округ - Югра, г. Мегион, улица Дружбы, 6 А
8. Телефон (рабочий)	8- (34643)- 5-54-31
9. Цель проекта	Создание условий для реабилитации детей и подростков с ограниченными возможностями с использованием методов ЛФК
10. Задачи проекта	1. Определить потребность родителей/законных представителей несовершеннолетних, посещающих отделение реабилитации детей и подростков с

	<p>ограниченными возможностями, в проведении практических занятий с элементами лечебной физкультуры и обучении основным (базовым) навыкам лечебной физкультуры.</p> <p>2. Создать условия для реализации проекта, обеспечить необходимыми материально-техническими ресурсами.</p> <p>3. Обучить несовершеннолетних и их родителей/законных представителей элементам адаптивной и лечебной физической культуры для проведения занятий с ребенком в условиях отделения и в домашних условиях.</p> <p>4. Определить эффективность проведенных проектных мероприятий.</p>
11. Целевая группа	<p>1. родители/законные представители.</p> <p>2. дети-инвалиды.</p> <p>3. дети с ограниченными возможностями здоровья в возрасте от 0 до 18 лет.</p>
12. Общее количество участников проекта	40
13. Дата утверждения проекта	30 мая 2016 года
14. Срок реализации проекта	с 01.08.2016 по 30.09.2017
15. Формы и методы работы	<p>ФОРМЫ:</p> <p>1. <i>Групповые</i> (практическое занятие, показ)</p> <p>2. <i>Фронтальные</i> (практическое занятие, показ, диагностика)</p> <p>3. <i>Индивидуальные</i> (анкетирование, диагностика, информирование, практическое занятие, показ)</p> <p>МЕТОДЫ:</p> <p>1. <i>Организационные</i> (по зачислению несовершеннолетнего в отделение): изучение анамнеза, определение уровня физической подготовки несовершеннолетних, подбор практических материалов, формирование групп.</p> <p>2. <i>Практические</i>: осуществление деятельности по реализации программных мероприятий, проведение практических занятий.</p> <p>3. <i>Аналитические</i> (по окончанию периода реабилитации): подведение итогов реализации программы (анализ проведенных мероприятий), определение степени достижения поставленных задач, определение эффективности и перспектив программы, внесение необходимых корректив, усовершенствование системы управления программы</p>
16. Количество и название подпрограмм, проектов	нет
17. Направления проекта	Лечебно-оздоровительное
18. Ожидаемый результат проекта	<p>1. Определение степени востребованности целевой группы в проведении практических занятий с элементами ЛФК.</p> <p>2. Ресурсное обеспечение проекта.</p> <p>3. Выполнение проектных мероприятий в полном объеме, улучшение состояния здоровья, двигательной активности и самочувствия несовершеннолетних не менее чем на 30%.</p>

		4. Достижение поставленных задач, оценка эффективности проведенных проектных мероприятий. 5. Удовлетворенность участников проекта проведенными мероприятиями не менее чем на 98%
19. Условия участия в программе (проекте)		Участие в проекте осуществляется на добровольной основе
20. Наличие экспертизы	Внешняя	-
	Внутренняя	Экспертная группа при Методическом совете
21. Участие в конкурсах, грантах		-
22. Распространение опыта реализации программы (проекта)		-

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

1.1. Актуальность

Год от года все больше детей рождается с проблемами в развитии. Дети с органическими поражениями центральной нервной системы составляют самую представительную группу. У этих детей отмечается интеллектуальная недостаточность, нарушения мотивационно-потребностной, социально-эмоциональной, моторно-двигательной сфер, а также познавательной деятельности (восприятие, память, мышление, речь).

Не вызывает сомнения, что практически все дети с отклонениями в развитии уже с первых месяцев жизни получают специальное комплексное медикаментозное лечение. И большинство родителей направляют все свои усилия именно на это. Но родителям необходимо знать, что ни одно, даже «самое лучшее» лекарство, не окажет максимально положительного воздействия без движения, и одним из важнейших компонентов комплексного воздействия на здоровье ребенка является лечебная физкультура.

Лечебная физическая культура - это метод лечения, использующий средства физической культуры с лечебно-профилактической целью, для быстрого восстановления здоровья.

Лечебная физкультура тесно связана с лечебно-восстановительным процессом, она воспитывает у детей сознательное отношение к использованию физических упражнений, прививает им гигиенические навыки, воспитывает правильное отношение к закаливанию организма естественными факторами природы, регулирует общий режим, а также режим движений, воспитывает правильное отношение детей к закаливанию организма естественными факторами природы. Одна из разновидностей лечебной физкультуры – корригирующая гимнастика, которая проводится для предупреждения и исправления дефектов опорно - двигательного аппарата: нарушения осанки, искривления позвоночника и др. В зависимости от физической подготовленности каждой возрастной группы детей можно вносить в комплексы упражнений изменения и дополнения. Поэтому мы предлагаем создать на базе отделения реабилитации детей и подростков с ограниченными возможностями здоровья условия для реабилитации данной категории детей с применением элементов лечебной физкультуры посредством привлечения необходимых ресурсов: оснащение кабинета ЛФК необходимым реабилитационным оборудованием, применение современных методик, подбор кадров, информационно-методическое сопровождение проекта.

В результате проведенного опроса среди родителей/законных представителей, посещающих отделение реабилитации детей и подростков с ограниченными возможностями, с целью определения потребности в проведении комплекса мероприятий с элементами ЛФК выяснилось:

- 76% из общего количества опрошенных не осведомлены о том, каким образом и в какой последовательности можно и нужно применять те или иные элементы ЛФК в домашних условиях;

- 43% опрошенных имеют нечеткое представление о пользе ЛФК для улучшения психомоторного развития детей с поражением центральной нервной системы различного генеза;

- 98% опрошенных хотели бы изучить приемы ЛФК и научиться использовать полученные знания на практике в домашних условиях;

- 100% опрошенных хотели бы, что был проведен комплекс занятий с элементами ЛФК на базе отделения.

Таким образом, полученные статистические данные позволяют утверждать об актуальности реализации данного проекта в условиях отделения реабилитации детей и подростков с ограниченными возможностями БУ «Комплексный центр социального обслуживания населения «Гармония».

Однако анализ материально-технических ресурсов учреждения показал, что необходимо приобретение дополнительного реабилитационного оборудования для достижения максимального эффекта при проведении занятий ЛФК.

1.2. Целевая группа

1. дети-инвалиды,
2. дети с ограниченными возможностями здоровья в возрасте от 0 до 18 лет,
3. родители, законные представители.

1.3. Место проведения

бюджетное учреждение «Комплексный центр социального обслуживания населения «Гармония».

1.4. Цель

Создание условий для реабилитации детей и подростков с ограниченными возможностями с использованием методов лечебной физкультуры.

1.5. Задачи

1. Определить потребность родителей/законных представителей несовершеннолетних, посещающих отделение реабилитации детей и подростков с ограниченными возможностями, в проведении практических занятий с элементами лечебной физкультуры и обучении основным (базовым) навыкам лечебной физкультуры.
2. Создать условия для реализации проекта, обеспечить необходимыми материально-техническими ресурсами.
3. Обучить несовершеннолетних и их родителей/законных представителей элементам адаптивной и лечебной физической культуры для проведения занятий с ребенком в условиях отделения и в домашних условиях.
4. Определить эффективность проведенных проектных мероприятий.

1.5. Формы работы

1. *Групповые* (практическое занятие, показ)
2. *Фронтальные* (практическое занятие, показ, диагностика)
3. *Индивидуальные* (анкетирование, диагностика, информирование, практическое занятие, показ)

1.6. Методы работы

1. *Организационные*: изучение анамнеза, определение уровня физической подготовки несовершеннолетних, подбор практических материалов, формирование групп.
2. *Практические*: осуществление деятельности по реализации проектных мероприятий, проведение практических занятий с применением:
 - наглядно-зрительных приемов (показ физических упражнений, использование наглядных пособий, имитация, зрительные ориентиры);
 - наглядно-слуховых приемов (музыка, песни);
 - тактильно-мышечных приемов (непосредственная помощь инструктора по лечебной физкультуре при выполнении упражнения);
 - словесных приемов (объяснения, пояснения, указания, подача команд, распоряжений, сигналов, вопросы к детям, образный сюжетный рассказ, беседа, словесная инструкция);
 - практических приемов (повторение упражнений без изменения и с изменениями; проведение упражнений в игровой форме; проведение упражнений в соревновательной форме).

3. *Аналитические*: подведение итогов реализации проекта (анализ проведенных мероприятий), определение степени достижения поставленных задач, определение эффективности и перспектив проекта.

2. СОДЕРЖАНИЕ ПРОЕКТА

2.1. Этапы реализации проекта

Проект реализуется в три этапа:

1. Подготовительный
2. Практический
3. Аналитический

ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН РЕАЛИЗАЦИИ ПРОЕКТА

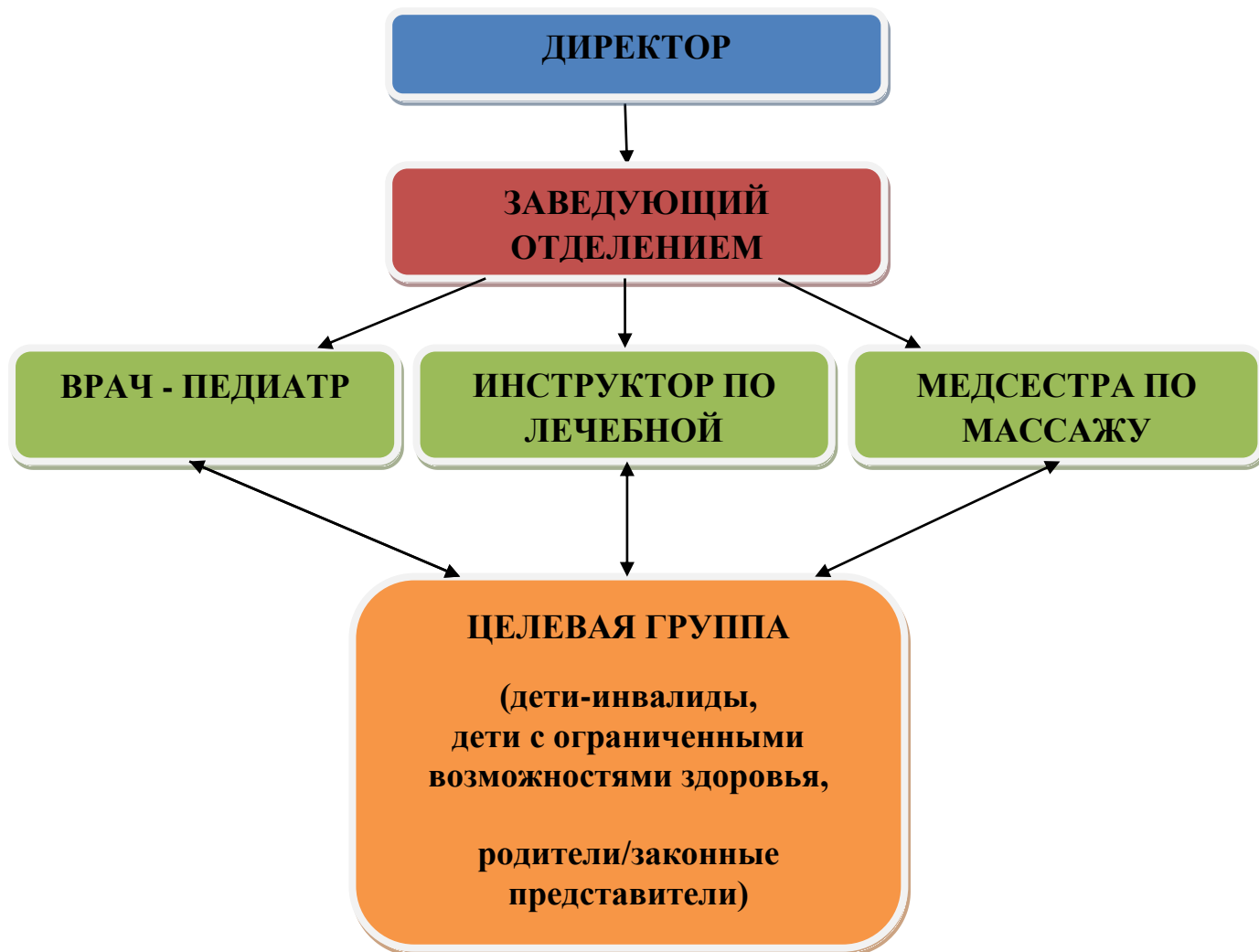
Содержание	Формы	Методы	Ответственные
I этап Подготовительный			
Мероприятия: - выявление потребности в проектных мероприятиях; - информирование родителей/законных представителей о программе, порядке проведения программных мероприятий; -обеспечение ресурсами, необходимыми для реализации проекта; - подготовка анкет; -изучение анамнеза несовершеннолетних	Информирование Анализ первичных данных Диагностика Лист назначения Утверждение документов	- разработка и выпуск объявлений, визиток - индивидуальное информирование и консультирование собеседование, -анализ документов - беседа, -планирование -управление документацией проекта	Директор учреждения Заведующий отделением Врач-педиатр Инструктор по лечебной физкультуре Медицинская сестра по массажу Специалист по социальной работе Методист Инструктор по адаптивной физкультуре Психолог
II этап Практический			
Мероприятия, направленные на реабилитацию несовершеннолетних	Практические занятия	- медицинские процедуры; -лечебная физкультура; - показ; - беседа; -инструктаж	Заведующий отделением Врач-педиатр Инструктор по лечебной физкультуре Медицинская сестра по массажу Специалист по социальной работе Методист Инструктор по адаптивной физкультуре Медицинская

			сестра
III этап Аналитический			
Анализ реализации проекта	Диагностика	- собеседование - анкетирование	Директор учреждения Заведующий отделением Врач-педиатр Инструктор по лечебной физкультуре Медицинская сестра по массажу Специалист по социальной работе Методист Инструктор по адаптивной физкультуре Медицинская сестра Психолог
	Отчет	- анализ, -оценка эффективности и результативности -оценка удовлетворенности участников проекта	

2.2. Контроль и реализация проекта

Общий и итоговый контроль реализации проекта осуществляет директор учреждения. Текущий контроль реализации проектных мероприятий осуществляет заведующий отделением. Работники, задействованные в реализации проекта, представляют отчетную информацию заведующему отделением, ответственному за текущий и итоговый контроль реализации проекта. Заведующий отделением представляет анализ реализации проекта и оценку ее эффективности директору учреждения для проведения заключительной оценки.

2.3. Схема управления проектом



2.4. РЕСУРСЫ

Кадровые ресурсы

Для реализации проекта в штатном расписании БУ «Комплексный центр социального обслуживания населения «Гармония» имеются необходимые должности.

№ п/п	Должность	Количество штатных единиц	Функциональные обязанности
1.	Директор	1	Осуществляет общий контроль реализации проекта
2.	Заведующий отделением	1	Осуществляет текущий контроль над ходом реализации проекта, осуществляет координацию деятельности исполнителей проекта и контроль за ходом его реализации (доводит задачи, задания, требования до исполнителей, оценивает результаты работы и принимает соответствующие управленческие решения в ходе выполнений проектных

			мероприятий, оценивает фактическую потребность в ресурсах и риски) Готовит аналитическую отчетность
3.	Инструктор по лечебной физкультуре	1	Проводит практические обучающие и реабилитационные занятия с несовершеннолетними, а также обучающие занятия с родителями/законными представителями
4.	Инструктор-методист по адаптивной физкультуре	1	Проводит практические обучающие и реабилитационные занятия на тренажерах с несовершеннолетними, а также обучающие занятия с родителями/законными представителями
5.	Врач – педиатр	1	Изучает анамнез, проводит диагностику физической подготовки несовершеннолетних, определяет степень воздействия на несовершеннолетних со стороны инструктора ЛФК, медицинской сестры по массажу, родителей/законных представителей на основании собранного анамнеза и выявленных противопоказаний, делает назначения, оказывает помощь в проведении плановых мероприятий проекта
6.	Медицинская сестра	1	Выполняет назначение врача-педиатра
7.	Медицинская сестра по массажу	1	Оказывает помощь в проведении плановых мероприятий проекта, выполняет назначения врача-педиатра по массажу (при необходимости и отсутствии противопоказаний)
8.	Методист	1	Осуществляет методическое сопровождение при разработке информационно-методических материалов для детей и родителей/законных представителей
9.	Специалист по социальной работе организационно-методического отделения	1	Размещает информацию о реализации проекта в СМИ
10.	Психолог	1	Отслеживает динамику психоэмоционального состояния несовершеннолетних, проводит оценку удовлетворенности участием в проектных мероприятиях
Итого:		10	

Материально-технические ресурсы

№	Материально-технические	Необходимое количество	Стоимость, руб.	Имеется в наличии	Требуется
---	-------------------------	------------------------	-----------------	-------------------	-----------

оборудования					
<i>Увеличение стоимости основных средств и увеличения стоимости материальных запасов</i>					
1	Картридж для принтера	2	500x2	2	
2	Компьютер	1	60 000	1	
4	Принтер	1	16 000	1	
5	Массажный шарик	4	350 x4	4	
6	Массажный коврик	4	1 919 x4	4	
7	Массажер «Су-джок» кольцо	5	100 x5	5	
8	Гимнастические палки	8	400 x8	8	
9	Скакалки	8	250x8	8	
10	Обручи	8	300x8	8	
11	Шведская стенка	2	12 000x2	2	
12	Тренажер лестница-брусья	1	490 000	1	
13	Ребристые и наклонные доски	2	2 480x2	2	
14	Скошенные поверхности	2	2 100x2	2	
15	Веревочные лестницы	2	1 200x2	2	
16	Мячи	8	600x8	8	
17	гимнастические маты	8	3 950x8	8	
18	Велосипед (тренажер)	2	6 000x2	2	
19	Педали, имеющие конусообразный валик, предназначенный для формирования свода стопы	2	5 000x2		2
	ИТОГО	71	2 176 191	68 единиц на сумму 650 117 руб.	1 единица на сумму 10 000 руб.

Информационно-методические ресурсы

	Наименование	Кол-во статей в год
1.	Статьи в СМИ	1
2.	Статьи на сайте учреждения, сайте администрации города	1
3.	Методические разработки: буклеты, памятки	4

Изготовление и распространение буклетов о реализации проекта по результатам предоставления социально-медицинских услуг в рамках проекта, инструкций о правилах пользования медицинским оборудованием, подготовка и оформление информации в СМИ, информационных Интернет-ресурсах.

3. РЕЗУЛЬТАТЫ

3.1. Ожидаемые результаты:

- 1.Определение степени востребованности целевой группы в проведении практических занятий с элементами ЛФК.
- 2.Ресурсное обеспечение проекта.
- 3.Выполнение проекты мероприятий в полном объеме, улучшение состояния здоровья, двигательной активности и самочувствия несовершеннолетних не менее чем на 30%.
- 4.Достижение поставленных задач, оценка эффективности проведенных проектных мероприятий.
- 5.Удовлетворенность участников проекта проведенными мероприятиями не менее чем на 98%

КРИТЕРИИ ЭФФЕКТИВНОСТИ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОЕКТА

Табл. 3.

Задачи	Ожидаемые результаты	Инструментарий оценки результатов	Критерии эффективности программы	
			качественные	количественные
Определить потребность родителей/законных представителей несовершеннолетних, посещающих отделение реабилитации детей и подростков с ограниченными возможностями, в проведении практических	Определение степени востребованности и целевой группы в проведении практических занятий с элементами ЛФК	Анкетирование, интервьюирование	Доля родителей/законных представителей, заинтересованных в участии в проекте к доле родителей/законных представителей, несовершеннолетние которых посещают отделение	Количество опрошенных родителей/законных представителей Количество несовершеннолетних, привлеченных к участию в проекте

занятий элементами лечебной физкультуры обучении основным (базовым) навыкам лечебной физкультуры				
Создать условия для реализации проекта	Ресурсное обеспечение проекта.	Ресурсы, соответствующ ие требованиям проекта	Наличие ресурсного обеспечения	Количество задействованн ых работников учреждения Количество используемого оборудования Количество информационн ых ресурсов Количество методических материалов Количество разработанных листов назначения
Обучить несовершеннолет них и их родителей/законн ых представителей элементам адаптивной лечебной физической культуры для проведения занятий ребенком в условиях отделения и домашних условиях.	Выполнение проектных мероприятий в полном объеме, улучшение состояния здоровья, двигательной активности и самочувствия несовершенноле тних не менее чем на 30%.	Планы проведения занятий Диагностика здоровья	Реализация планов проведения занятий, проектных мероприятий в полном объеме Доля использованных форм и методов в ходе реализации проектных мероприятий к доле запланированны х Доля несовершенноле	Количество проведенных мероприятий Количество использованны х форм и методов проведения досуговых и оздоровительн ых мероприятий Количество несовершеннол етних, показавших положительные

		Анкетирование родителей/законных представителей на организационном и заключительном этапах	<p>Положительной динамикой к доле несовершеннолетних, задействованных в проекте</p> <p>Повышение уровня знаний у родителей/законных представителей в части использования приемов ЛФК в домашних условиях</p>	изменения
Определить эффективность проведенных проектных мероприятий.	Уровень удовлетворенности несовершеннолетних и родителей предоставленными социальными услугами	Анкета удовлетворенности	Доля удовлетворенных несовершеннолетних и родителей/законных представителей программными мероприятиями к доле охваченных программными мероприятиями	<p>Количество опрошенных родителей</p> <p>Количество опрошенных несовершеннолетних</p>
	Достижение поставленных задач, оценка эффективности проведенных проектных мероприятий.	Отчет реализации проекта	<p>Доля достигнутых в полном объеме задач к доле поставленных в начале реализации проекта</p> <p>Эффективность проведенных мероприятий</p> <p>Доля удовлетворенных</p>	<p>Количество достигнутых задач</p> <p>Количество реализованных проектных мероприятий</p> <p>Количество удовлетворенных несовершеннолетних и</p>

			несовершеннолетних и родителей/ законных представителей проектными мероприятиями к доле охваченных проектными мероприятиями	родителей и предоставление социальных услуг в рамках проекта
--	--	--	---	--

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Пензулаева, Л.И. Оздоровительная гимнастика комплексы упражнений для занятий с детьми 3-7 лет/ Л.И. Пензулаева.-М.: Физкультура и спорт - 2015
2. Варенник, Е.Н. Физкультурно - оздоровительные занятия/ Е.Н. Варенник .– М -2009г.
3. Ключева, М.Н. Корректирующая гимнастика для детей с нарушением опорно-двигательного аппарата в условиях детского сада/ М.Н. Ключева .- СПб. : ДЕТСТВО-ПРЕСС - 2007.
4. Филиппова, С.О. СПУТНИК руководителя физического воспитания дошкольного учреждения/ С.О. Филиппова.- М.: Физкультура и спорт -2010
5. Пензулаева, Л.И. Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста (3-7 лет)/ Л.И. Пензулаева.- М., 2010
6. Стрельникова, А.М. Моя гимнастика/ А.М. Стрельникова .- М. : Прогресс - 2011
7. Шафранов, А. Лечебная физкультура/А.Шайранов.-М. -2009
8. Подольская, Е.И. Комплексы лечебной гимнастики/Е.И. Подольская.- СПб Сова - 2008
9. Милюкова, И.В., Евдокимова, Т.А. Лечебная физкультура: Новейший справочник/ И.В.Милюкова; Т.А. Евдокимова .- СПб : Сова; М.: Изд-во Эксмо, 2004.
10. Потапчук, А.А., Дидур, М.Д. Осанка и физическое развитие детей/ А.А. Потапчук; М.Д. Дидур .- СПб.: Речь - 2001
11. Справочник по детской лечебной физкультуре / Под. ред. к. м. н. М.И. Фонарева.- Л.: Медицина - 1993
12. Учебник инструктора по лечебной физической культуре / Под. общ. ред. проф. В.П. Правосудова.-М.: Физкультура и спорт - 1980.

ПРИЛОЖЕНИЕ

Приложение 1

ЛИСТ НАЗНАЧЕНИЙ № _____

ФИО получателя социальных услуг _____

№ п/п	Назначения	Объем кол- во/время	Дата проведения						
1.	Массажный коврик	№							
2.	Массажный шарик	№							
3.	Ручной массаж (с указанием зоны)	№							
4.	Лечебная гимнастика	№							
ФИО, подпись исполнителя									

Подпись врача _____

Расшифровка подписи _____

Дата назначения _____

ТЕХНОЛОГИЯ ПРОВЕДЕНИЯ ЗАНЯТИЙ

Упражнения для выработки навыка правильной осанки, формирования опорно-двигательного аппарата - один из главных моментов в начале тренировок. В дальнейшем эти упражнения будут необходимы для совершенствования, закрепления и поддержания двигательного стереотипа. При функциональных нарушениях опорно-двигательного аппарата мышцы туловища ослаблены, а, следовательно, принять и сохранить правильное положение ребенок может лишь ненадолго. Поэтому, развитие силовой выносливости мышц, отвечающих за поддержание позвоночника, является следующим обязательным компонентом в работе по профилактике и коррекции позвоночника. В методике занятий предусмотрено включение упражнений специального характера, направленных на предупреждение плоскостопия, укрепление мышц, сохраняющих свод, дыхательная гимнастика.

Выделяются следующие основные разделы:

1. Диагностика
2. Элементы правильной стойки
3. Выработка навыка правильной осанки
4. Развитие силовой выносливости мышц
5. Профилактика плоскостопия
6. Оздоровительный самомассаж
7. Дыхательная гимнастика

Физическая культура по-своему интегрирует в себе такие образовательные области как, социально-коммуникативное развитие, познавательное развитие, речевое развитие, художественно-эстетическое развитие, физическое развитие.

Социально-коммуникативное развитие.

Развивать игровой опыт совместной игры взрослого с ребенком и со сверстниками, побуждать к самостоятельному игровому творчеству в подвижных играх. Развивать умение четко и лаконично давать ответ на поставленный вопрос и выражение своих эмоций, проблемных моментах и пожеланий. Развивать коммуникативные способности при общении со сверстниками и взрослыми: умение понятно объяснить правила игры, помочь товарищу в затруднительной ситуации при выполнении задания, разрешить конфликт через общение.

Познавательное развитие.

Обогащать знания о двигательных режимах, видах спорта. Развивать интерес к изучению себя и своих физических возможностей: осанка, стопа, рост, движение. Формировать представления о здоровье, его ценности, полезных привычках, укрепляющих здоровье, о мерах профилактики и охраны здоровья.

Речевое развитие.

Обогащать активный словарь на занятиях по лечебной физкультуре (команды, построения, виды движений и упражнений); развивать звуковую и интонационную культуру речи в подвижных и малоподвижных играх.

Художественно - эстетическое развитие.

Обогащать музыкальный репертуар детскими песнями и мелодиями. Развивать музыкально – ритмические способности детей, научить выполнять упражнения в соответствии с характером музыки.

Длительность занятий по лечебной физкультуре зависит от возраста детей и составляет от 15 до 40 минут.

Лечебная физкультура имеет большое оздоровительное значение при условии систематического ее выполнения детьми.

Физические упражнения можно выполнять утром, после дневного сна (при соблюдении режима), во второй половине дня.

Построение комплексов лечебной физкультуры опирается на основные структурные принципы и соответствует общепринятой схеме.

Комплексы включают в себя различные виды:

- гимнастик мелкой моторики,
- ходьбы и бега (иногда несложные игровые задания);
- общеразвивающие упражнения с предметами (кубики, мячи, кегли, палки, и т.д.) и без них,
- подвижные игры малой и средней активности.

Гимнастика мелкой моторики, ходьба и бег в начале – это небольшая разминка, затем дети выполняют упражнения общеразвивающего характера для мышц спины, плечевого пояса, живота и ног. Упражнениям общеразвивающего характера отводится основная роль (по объему и значимости). Их многофункциональность способствует оздоровлению организма, развивает силу мышц, подвижность суставов, формирует правильную осанку и умение ориентироваться в пространстве. Правильное соблюдение исходных положений – обязательное условие при выполнении каких-либо упражнений. Объяснение и показ упражнений должны быть четкими и краткими. Игровые задания, подвижные игры малой и средней активности служат дополнением к двигательной нагрузке оздоровительного комплекса, вносят разнообразие и доставляют детям радость и удовольствие. В заключение комплекса, как правило, проводится ходьба в умеренном темпе или несложное игровое задание для приведения всех функций и систем организма детей в относительно спокойное состояние.

Продолжительность занятия от 15 до 40 минут в зависимости от физической подготовленности.

Занятие состоит из трех частей:

1. Разминка (3-7 минут). Включает в себя настрой на занятие, подготовку к выполнению основных упражнений. Нагрузка во вводной части небольшая: легкие общеразвивающие, дыхательные упражнения, гимнастика мелкой моторики, упражнения на выработку правильной осанки, упражнения на расслабление мышц. К общеразвивающим, в частности, относятся упражнения на развитие координации движения и чувства равновесия.

2. Основная часть (10-25 минут). В этой части занятия выполняются специальные упражнения для растягивания и укрепления мышц, для тренировки равновесия и координации движения, общеразвивающие упражнения с повышенной нагрузкой.

3. Заключительная часть (2-7 минут). Нагрузка в этой части постепенно снижается, организм приводится в спокойное состояние, дыхание выравнивается.

Специальные упражнения для укрепления и растягивания мышц, увеличения подвижности позвоночника подбирают индивидуально, с учетом диагноза ребенка.

Этапы коррекционной работы для того чтобы коррекционно-профилактическая работа была успешной предусматривает наличие оборудования и инвентаря, способствующих укреплению мышц спины, стопы и голени.

- Ребристые и наклонные доски,
- скошенные поверхности,
- гимнастическая стенка,
- веревочные лестницы,
- обручи, мячи,
- скакалки,
- массажные коврики,
- гимнастические палки,

- гимнастические маты,
- велосипеды,
- педали которых имеют конусообразный валик,
- предназначенный для формирования свода стопы,
- специальные тренажеры – все это необходимые средства профилактики и коррекции, используемые в работе.

Наличие гладкой стены, позволяет ребенку, встав к стене, принять правильную осанку, имея 5 точек соприкосновения:

- затылок,
- лопатки,
- ягодицы,
- икроножные мышцы,
- пятки;

осутить правильное положение собственного тела в пространстве, вырабатывая проприоцептивное мышечное чувство, которое при постоянном повторении передается и закрепляется в ЦНС - за счет импульсов, поступающих с рецепторов мышц. Впоследствии навык закрепляется не только в статическом (исходном) положении, но и при ходьбе, при выполнении упражнений.

Приложение 3

АНКЕТА

для выявления уровня удовлетворенности участников проекта

Ответьте, пожалуйста, на вопросы анкеты. Каждый вопрос имеет варианты ответа, Вам необходимо выбрать тот вариант, который в большей степени соответствует Вашему мнению, и выделить его, поставив галочку напротив этого варианта.

1.Ф.И.О. _____

2. Как Вы оцениваете состояние своего здоровья (несовершеннолетнего) после прохождения курса мероприятий?

- отличное;
- хорошее;
- удовлетворительное;
- плохое;
- очень плохое.

3.Как Вы считаете, помогли ли полученные Вами (несовершеннолетнего) знания стабилизировать состояние здоровья?

- да;
- нет.

4. Удовлетворены ли Вы качеством работы специалистов:

- в полной мере удовлетворен(а);
- частично удовлетворен(а);
- не удовлетворен(а) по причине _____

5.Будете ли Вы в дальнейшем пользоваться социальными услугами в рамках проекта реабилитации детей-инвалидов и детей с ограниченными возможностями здоровья посредством использования элементов адаптивной и лечебной физической культуры «ШАГ ВПЕРЕД»:

- да;
- нет.

« ____ » _____ 20__ г. _____ / _____
(Подпись ответственного /расшифровка подписи)

Благодарим за сотрудничество!