



# ЦЕНТЪР ЗА СПЕЦИАЛНА ОБРАЗОВАТЕЛНА ПОДКРЕПА гр. БУРГАС

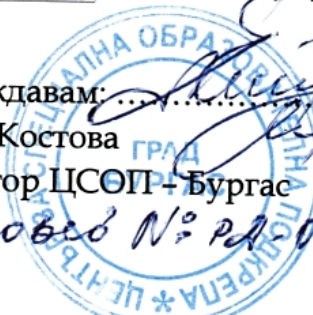
гр. Бургас 8001, ул. "Вардар" №1, ПК 512; тел. 056/549 682, 546 102; E-mail: puor@abv.bg

Утвърждавам: .....

Диана Костова

Директор ЦСОП - Бургас

*Замовес № РА-05-32/25.09.2021.*



## ГОДИШНА ПРОГРАМА

ЗА

## ДОПЪЛНИТЕЛНА ПОДКРЕПА ЗА ЛИЧНОСТНО РАЗВИТИЕ - РЕХАБИЛИТАЦИЯ НА ФИЗИЧЕСКИТЕ УВРЕЖДЕНИЯ В ЦСОП - БУРГАС

ЗА

УЧЕБНАТА 2020/2021 ГОДИНА

### I. ОБЩО ПРЕДСТАВЯНЕ НА ПРОГРАМАТА

Годишната рехабилитационна програма е разработена за допълнителна подкрепа за личностно развитие - рехабилитация на физическите увреждания за ученици със специални образователни потребности в ЦСОП - Бургас. Нейната цел е да се развият и подобрят двигателната активност и координация на учениците.

Програмата е разработена на три нива в зависимост от тежестта на физическите дефицити и възможности на децата. Първата група включва деца с тежки физически увреждания, които възпрепятстват волевия контрол на движенията и са с ограничение в повечето области на моторно функциониране. Втората група обхваща дете/ученик с двигателни проблеми свързани с трудността при разбиране и извършване на двигателни задачи и упражнения. Третата група е за деца със сравнително добре развита за възрастта двигателна активност.

## **II. ЦЕЛИ НА ПРОГРАМАТА:**

1. Повишаване двигателната активност на учениците със СОП и множество увреждания.
2. Подобряване на обща и фина моторика.
3. Въздействие върху мускулен тонус и обем на движение.
4. Подобряване общото физическо развитие и коригиране на психо – моторни нарушения.
5. Подобряване на телодържание и координация.

## **III. ЗАДАЧИ НА ПРОГРАМАТА:**

1. Рехабилитационна част:
  - Подобряване общото състояние на организма;
  - Подобряване усета за движение;
  - Сензо – моторно уравнивяване.
2. Образователна част:
  - Последователно и целенасочено въздействие;
  - Разширяване на знанията за приложно – двигателни действия;
  - Обогаляване на представите за собственото тяло чрез движенията и увеличаване на познанията за човешкото тяло.

## **IV. ВИДОВЕ ДЕЙНОСТИ:**

1. Изготвяне на оценка за индивидуалните потребности на учениците;
2. Изготвяне на годишна терапевтична програма за рехабилитация на физическите увреждания и типа и броя на заниманията индивидуално за всеки ученик.
3. Изготвяне на списък на учениците, включени в РФУ в кабинета по ЛФК през учебната 2018/2019 г. според нивото на двигателно развитие.
4. Изготвяне на график за първия и втория учебен срок.
5. Изготвяне на оценка за постигнати резултати / в края на първи учебен срок и в края на учебната година/.

## **V. ТЕРАПЕВТИЧНИ И РЕХАБИЛИТАЦИОННИ ДЕЙНОСТИ ЗА ДПЛР / РЕХАБИЛИТАЦИЯ НА ФИЗИЧЕСКИТЕ УВРЕЖДАНИЯ НА УЧЕНИЦИТЕ В ЦСОП - БУРГАС ПРЕЗ УЧЕБНАТА 2020/2021 ГОДИНА.**

1. **Рехабилитация на физическите увреждания /ПЪРВА ГРУПА/ с дете/ученик с тежки физически увреждания, които възпрепятстват волеви контрол на движенията и са с ограничения в повечето области на моторно функциониране. Придвигват се чрез инвалидна количка с придружител. Това са деца с ДЦП и множество увреждания.**
  - 1.1. Теми и дейности за индивидуални терапии и сесии /ПЪРВА ГРУПА/:
    - Пасивни и активно – асистирани упражнения от правилно избрано изходно положение в ставите на горни и долни крайници както и



движения в туловището, които целят раздвижване на засегнатите крайници и подобряване обема на движенията.

- Упражнения за разтягане на мускулите с цел нормализиране на повишения тонус и увеличаване пасивния обем на движение.
- Позиционно лечение – трениране на лег, седеж, стоеж за подобряване, стабилизиране и коригиране на позата и регулиране на локомоторните способности.
- Обучение в ходене с цел трениране на локомоторните способности.
- Асистирано каране на велоергометър / според физическите възможности на ученика/ за подобряване на движението в ставите на долните крайници.
- Асистирано ходене по електрическа пътека / според физическите възможности на ученика/ с цел подобряване на локомоторните способности.

2. **Рехабилитация на физическите увреждания / ВТОРА ГРУПА/ - дете/ученик с двигателни проблеми, които изпитва трудности при разбирането и извършването на двигателни упражнения и задачи. Физическите им увреждания се отличават с нарушена груба и фина моторика, нестабилна походка, проблеми с координацията и равновесието, нарушена сензомоторна интеграция на движенията. Това са деца с умерена умствена изостаналост, хиперактивност, синдром на Даун, деца от аутистичния спектър.**

2.1. Теми и дейности за индивидуална терапия и сесии /ВТОРА ГРУПА/:

- Захващане, задържане, поставяне, манипулиране с предмети с цел формиране на видове захвати.
- Двигателни задачи включващи качване и слизане по стълби трениращи грубата моторика.
- Упражняване на видове ходене – ходене върху стъпки, ходене с прекачване на препятствия, странично ходене, ходене по мека повърхност, ходене по мека повърхност, ходене по неравен терен, ходене по наклон, ходене със заобикаляне на препятствия, упражнения за координация и стабилизиране на походката.
- Упражнения за клякане и изправяне стимулиращи грубата моторика и движения на долни крайници.
- Подобряване на пространствената ориентация чрез игри и развитие на представите / близко/далеч, горе/долу, ляво/дясно/.
- Скачане и упражнения върху швейцарска топка за трениране на баланс и равновесие.
- Скачане върху батут за трениране на баланс и равновесие.
- Упражнения за достигане и захващане на предмети – за координация око-ръка, стимулиране на движения на горен крайник.

- Хвърляне на топка с цел и без цел /кош/ стимулиращи движенията в раменен пояс, координацията.
  - Люлеене в люлка /хамак/ което стимулира чувството за движение, усещането за баланс, развива функцията на вестибуларния апарат.
  - Игра с топка включваща търкаляне, хвърляне, хващане, ритане, тупане като се използват различни по големина и тежест топки с цел стимулиране на грубата моторика на горен крайник, координация око-ръка, създават се игрови умения.
3. **Рехабилитация на физическите увреждания /ТРЕТА ГРУПА/ - дете/ученик със сравнително добре развита за възрастта си двигателна активност. При тях физическите увреждания са свързани с наличие на наднормено тегло, плоскостъпие, гръбначни изкривявания. Това са деца с лека степен умствена изостаналост, аутистичен спектър и лека форма на ДЦП.**
- 3.1. **Теми и дейности за индивидуални терапии и сесии /ТРЕТА ГРУПА/:**
- Извършване на активни двигателни упражнения с цел общо психо – моторно стимулиране.
  - Резистивни упражнения с гирички, ластиси за увеличаване на мускулната маса.
  - Аналитични упражнения засилващи слабите групи мускули.
  - Упражнения на шведска стена.
  - Упражнения/ скачане върху трамплин/батут за трениране на вестибуларния апарат.
  - Дихателна гимнастика.
  - Изграждане на умения за използване на уреди за рехабилитация – каране на велоергометър, бягане на електрическа пътека.
  - Двигателни задачи включващи прескачане, провиране, катерене, заобикаляне за развитие на груба моторика и моторно планиране.
  - Двигателни игри със състезателен характер.
  - Игра с топка включваща търкаляне, хвърляне, хващане, тупане, ритане и др.
4. **При групова работа с деца/ученици:** групата е от 3 до 5 деца с лека физическа увреда. Работата включва подвижни игри, игри със състезателен характер, групови общоразвиващи и корекционни упражнения за изработване на двигателни навици и функционални възможности.

## VI. ОЧАКВАНИ РЕЗУЛТАТИ:

1. Развитие на сензомоториката
2. Развитие на фина и обща моторика
3. Развитие на основни умения и навици – координация, движение, походка
4. Създаване на битови, трудови и социални умения

5. Подобряване на физическата и умствена работоспособност
6. Развитие на умения за пространствена ориентация и координация
7. Развитие на комуникативни и социални умения
8. Развитие на игрови умения и умения за планиране на свободното време
9. Повлияване на емоционалната реактивност, редуциране на хиперактивност, агресия, автоагресия.

**VII. ФОРМИ НА РАБОТА:**

1. Индивидуални занимания
2. Групови занимания

**Изготвил:**

Недко Монев ..... 

Терапевт рехабилитатор в ЦСОП - Бургас

