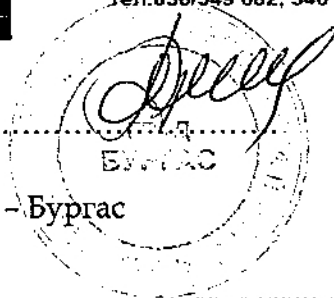




ЦЕНТЪР ЗА СПЕЦИАЛНА ОБРАЗОВАТЕЛНА ПОДКРЕПА гр.БУРГАС

гр. Бургас 8001, Бул. "Сан Стефано" № 62А, ПК 512,
тел. 056/549 682, 546 102; e-mail: poup@abv.bg / csopburgas@gmail.com

Утвърждавам:
Валя Мантарева
Директор ЦСОП - Бургас



ГОДИШНА ПРОГРАМА

ЗА

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

ЗА

УЧЕБНАТА 2022/2023 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 координацията 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;
 - Обогавяване 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 2022/2023 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 УВРЕЖДЕНИЯ НА УЧЕНИЦИТЕ В ЦСОП - БУРГАС ПРЕЗ УЧЕБНАТА 2022/2023 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, който 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 Монеv

Терапевт рехабилитатор в ЦСОП - Бургас