Муниципальное дошкольное образовательное учреждение

Детский сад – «Звездочка» № 8 г. Качканар

Среднесрочный проект

в группе компенсирующей направленности для детей с НОДА

**«Тренажёр тебе поможет»**



Подготовила:

Назарова Е.В.

Воспитатель

**Вид проекта:** среднесрочный

**Тип проекта:** информационно – практический, социально ориентированный

**Участники проекта:**

• Дети группы компенсирующей направленности для детей с НОДА

• Воспитатели

• Инструктор по физкультуре

• Родители

**Срок реализации:** 3 месяца

**Актуальность:** Традиционный подход к задачам физической реабилитации инвалидов с нарушениями опорно-двигательной системы включает в себя общие положения: устранение порочных рефлексов, повышение жизненного тонуса, профилактику осложнений, формирование двигательных компенсаций – и предполагает длительность и этапность реабилитационного воздействия. Современные методики с использованием тренажерных устройств способствуют дальнейшему развитию двигательных навыков и могут полностью обеспечить комплексный подход физической реабилитации для решения задач в физкультурно-оздоровительных занятиях детей с ДЦП.

Благодаря гранту конкурса социальных проектов на базе детского сада «Звездочка» г. Качканар был приобретены тренажеры различного характера, в том числе и велотренажер «Ангел-соло».

Представляет он из себя велосипед, оснащенный специальной задней осью и тремя колесами. Задняя ость с двумя колесами делает велосипед устойчивым и исключает возможность падения. Педали оснащены металлическими накладками, которые фиксируют ногу и голеностопные суставы в правильном анатомическом положении и помогают избежать вывихов и соскальзывания. Сидение дополняется спинкой с креплением для туловища ребенка. Это сделано для того, чтобы посадка была правильной и безопасной, ребенок не съезжал и не заваливался (особенно необходимо тем, кто сидит с поддержкой).

**Проблема:** В группу компенсирующей направленности для детей с НОДА посещают 80% детей с диагнозом ДЦП.

Эта болезнь подразумевает серьезный подход в проведении реабилитационных мероприятий. Имеющихся у нас тренажеров уже не хватает. Сейчас появилась острая необходимость в приобретении специализированного реабилитационного велотренажера «Ангел-соло».

**Цель:** Создание благоприятных физиологических условий для увеличения подвижности позвоночника, правильного взаиморасположения всех частей тела, направленной коррекции имеющего дефекта осанки;

Удовлетворять биологическую потребность растущего организма ребёнка в двигательной деятельности, давать возможность ему ощущать радость и удовольствие от умения управлять своим телом.

Данный тренажер показан к применению у большинства детей-инвалидов с различными диагнозами.

Еще одна особенность данного велосипеда, что его можно использовать круглый год. Он работает как велосипед на улице, и как тренажер дома. Это очень большой плюс, так как детям необходима непрерывная реабилитация.

**Задачи:** Освоение системы знаний, необходимой для сознательного освоения двигательных умений и навыков.

Формирование и развитие жизненно необходимых двигательных умений и навыков.

Обучение технике правильного выполнения физических упражнений.

Формирование навыка ориентировки в схеме собственного тела, в пространстве.

Развитие двигательных качеств (быстроты, ловкости, гибкости, выносливости, точности движений, мышечной силы, двигательной реакции).

Формирование и совершенствование двигательных навыков прикладного характера.

**Ожидаемые результаты:**

Использование велотренажера для детей с ДЦП позволит оказывать комплексное укрепление мышц. Велотренажер снизит спастичность мышечных тканей, приводит в тонус мускулатуру и суставы. Велотренажер позволит вернуть уверенность в своих движениях, устранить некоторые ощущения скованности.

**Итоговое мероприятие:** открытое спортивное мероприятие-презентация *«Тренажеры»*.

**Основные принципы** работы педагога при реализации проекта: Уважение к ребёнку, к процессу и результатам его деятельности в сочетании с разумной требовательностью; систематичность и последовательность занятий; постепенность и систематичность в занятиях; индивидуализация, занимательность, формирование желания выполнять предъявленные требования; сотрудничество, создание в ходе занятия атмосферы доброжелательности, эмоциональной раскрепощённости.

**Этапы реализации проекта:**

I. Подготовительный этап.

1. Ознакомление с тренажёрами.

2. Разучивание упражнений на тренажёрах.

3. Оформление картотеки *«Тренажёры для детей»*.

II. Основной этап.

1. Углубленное разучивание упражнений на тренажёрах.

2. Уделять внимания на технику выполнения упражнения.

3. Консультация для родителей *«Зачем нужны детские тренажёры»*.

4. Мастер-класс для родителей и *«Тренажёр укрепляет здоровье»*.

5.Консультация для родителей *«Развитие физических качеств дошкольников посредством занятий на тренажёрах».*

6. Чтение стихотворения Э. Успенского *«Разноцветная семейка»*.

7.Профилактическая гимнастика (дыхательная, психогимнастика, пальчиковая, для глаз, оздоровительные упражнения для горла, самомассаж).

III. Заключительный этап.

1. Спортивное мероприятие *«Тренажеры»*.

2. Анкетирование родителей.

3. Оформление фотовыставки.

4. Подведение итогов реализации проекта.

**Оборудование:** массажные мячи – ежи, корригирующие дорожки для профилактики плоскостопия, тренажёр *«Гребля»*, батут, тренажёр для развития стопы и развития тренировки равновесия, тренажёр *«Степ»*, велотренажёр.

**Предварительная работа:** просмотр мультфильма *«Осьминожки»*, чтение сказки Э. Успенского *«Разноцветная семья»*.

В работе с детьми с заболеванием ДЦП общими и обязательными принципами для всех методик являются:

- Регулярность, систематичность и непрерывность применения тренажеров;

- Строгая индивидуализация упражнений в соответствии со стадией заболевания, его тяжестью, возрастом ребенка, его психическим развитием.

- Постепенное, строго дозированное увеличение физической нагрузки.

Занятия проводятся ежедневно по 15-40 минут.

**Литература**

Л.Н. Кравченко Инновационные подходы коррекционно – развивающей работы с детьми, имеющими нарушения опорно – двигательного аппарата. Учено – методическое пособие. – Абакан: Хакасское книжное издательство, 2005. – 100с.

Современные методики физической реабилитации детей с нарушением функций опорно-двигательного аппарата// Под ред. Гросс Н.А.- М.: Медицина, 2005. - 235с.

**Заключение**

В результате регулярности, систематичности и непрерывности занятий, строгой индивидуализации упражнений, постепенного, строго дозированного увеличения физической нагрузки с использованием тренажерных систем в адаптивной физической культуре, у детей наблюдается улучшение в физическом развитии.

Таким образом, анализ научно-методической литературы и педагогическое наблюдение позволяют утверждать, что средства адаптивной физической культуры с применением тренажерных устройств являются наиболее эффективными для повышения физической подготовленности детей с диагнозом ДЦП.















