

ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ МЭРИИ ГОРОДА НОВОСИБИРСКА
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДА НОВОСИБИРСКА
«ЦЕНТР ВНЕШКОЛЬНОЙ РАБОТЫ «ПАШИНСКИЙ»

ПРИНЯТО
решением Педагогического совета
МБУДО «ЦВР «Пашинский»
Протокол № 88 от «31» августа 2022 г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБУДО
«ЦВР «Пашинский»
Е.В. Веремьянина
Пр. № 185-од от «31» августа 2022 г.



**АДАптиРОВАННАЯ ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА**
по оздоровительной гимнастике
для детей с нарушением опорно-двигательного аппарата
«Свобода движений»

*возраст учащихся: от 5 до 18 лет
срок реализации программы: 5 лет*



Составители:
Олейник В.П.,
педагог дополнительного
образования высшей
квалификационной
категории,
Тархова Н.А.,
методист высшей
квалификационной
категории

Новосибирск – 2022

Содержание

Раздел 1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ	3
Актуальность	4
Отличительные особенности программы	8
Цель и задачи программы.....	9
Уровни освоения программного материала	10
Объем и срок освоения	11
Адресат программы	11
Режим занятий.....	14
Особенности организации образовательного процесса	14
Принципы и методы обучения.....	16
Планируемые результаты и способы их проверки	20
Способы проверки результатов освоения программы	21
Раздел 2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ	23
Условия реализации программы.....	23
Календарный учебный график.....	24
Учебный план	24
Содержание занятий	28
Оценочные, диагностические материалы, критерии оценивания	37
Раздел 3. РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ВОСПИТАНИЯ.....	44
Раздел 4. МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ	50
Раздел 5. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ	57

Раздел 1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ

Адаптированная дополнительная общеобразовательная программа по оздоровительной гимнастике для детей с нарушением опорно-двигательного аппарата «Свобода движений» (далее - Программа) имеет физкультурно-спортивную направленность, реализуется в структурном подразделении «Спортивное» МБУДО «ЦВР «Пашинский» с 2014 года. Программа ориентирована на работу с детьми с нарушениями опорно-двигательного аппарата, преимущественно с детским церебральным параличом, и направлена на улучшение показателей физического развития и укрепление здоровья обучающихся, освоение жизненно важных двигательных умений и навыков, компенсацию нарушений, социализацию обучающихся, воспитание сознательного и бережного отношения к своему здоровью и здоровому образу жизни.

Программа разработана в соответствии с нормативно-правовыми документами:

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (далее – ФЗ) (в редакции 2020 г.);
- Федеральный закон от 31.07.2020 г. № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся»;
- Федеральный закон РФ от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (в редакции 2013 г.);
- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (распоряжение Правительства РФ от 29 мая 2015 г. № 996-р);
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Концепция развития дополнительного образования детей (распоряжение Правительства Российской Федерации от 04.09.2014 № 1726-р);
- Проект Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 г.;
- Паспорт федерального проекта «Успех каждого ребенка» (утвержден на заседании проектного комитета по национальному проекту «Образование» 07 декабря 2018 г., протокол № 3);
- Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 05.05.2018 г. № 298 «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;
- Приказ Министерства Просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (в редакции от 30 сентября 2020 г. пр. Министерства Просвещения РФ № 533);

– Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 г. № 09-3242 «О методических рекомендациях по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы);

– Методические рекомендации по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей // Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации № ВК-641/09 от 26.03.2016;

– Методические рекомендации по нормативному регулированию в субъектах Российской Федерации дополнительного образования детей с ограниченными возможностями здоровья и инвалидностью / Е.В. Кулакова, Е.И. Адамян, Е.Б. Колосова, Г.А. Ястребова; отв. за вып. М.А. Симонова – Москва: РУДН, 2019;

– Примерная программа воспитания (утверждена на заседании Федерального учебно-методического объединения по общему образованию 02.06.2020 г. (<http://form.instrao.ru>);

– Методические рекомендации по организации дополнительного образования детей с ограниченными возможностями здоровья и инвалидностью / Е.В. Кулакова, Е.И. Адамян, Е.Б. Колосова; отв. за вып. М.А. Симонова – Москва: РУДН, 2019;

– Устав МБУДО «ЦВР «Пашинский».

Актуальность

Здоровье – самая важная, хрупкая и необходимая ценность в жизни любого человека. К сожалению, с каждым годом увеличивается число детей с врожденными или приобретенными формами нарушений опорно-двигательного аппарата (далее – НОДА). У всех детей с НОДА ведущими являются двигательные расстройства – задержка формирования, недоразвитие или утрата двигательных функций. Вследствие длительного и выраженного дисбаланса мышц постепенно формируются вторичные изменения в мышцах, костях и суставах (деформации и контрактуры¹), появляются ортопедические нарушения. Возникающие нарушения ограничивают предметно-практическую деятельность ребенка, затрудняют развитие самостоятельного передвижения и навыков самообслуживания, ставят ребенка с первых лет жизни в почти полную зависимость от окружения взрослых, особенно родителей. Это способствует формированию у детей пассивности, безынициативности, нарушает становление мотивационной сферы. Ребенок, привыкший к пассивности и постоянно ожидающий помощи от окружающих, рискует сохранить низкий уровень активности на всю жизнь.

Поэтому наибольшую актуальность в последнее время приобретают программы, направленные на предупреждение и преодоление многих осложняющих нарушений и выявление компенсаторных возможностей детского организма у детей с НОДА.

¹ **Контрактура** – ограничение подвижности сустава, вследствие патологического изменения околоуставных мягких тканей. Движения в суставах становятся тугими, с ограниченной амплитудой движений.

Основная цель – помочь каждому обучающемуся в достижении успеха, не допустить его исключения из жизни общества.

Дети с нарушениями функций опорно-двигательного аппарата представлены следующими категориями:

- дети с церебральным параличом;
- дети с последствиями полиомиелита в восстановительной или резидуальной² стадии;
- дети с миопатией;
- дети с врожденными или приобретенными недоразвитиями и деформациями опорно-двигательного аппарата.

Большую группу среди детей с НОДА составляют дети с детским церебральным параличом (далее – ДЦП). Это группа двигательных расстройств (парезов, параличей, насильственных движений), возникающих в результате поражения двигательных систем головного мозга и проявляющихся в недостатке или отсутствии контроля со стороны нервной системы за функциями мышц, регулирующими произвольные движения. Многообразие проявлений ДЦП характеризуется также нарушением мышечного тонуса скелетной мускулатуры, как по типу его повышения (спастики), ригидности (скованности), так и понижения (гипотонии), дистонии (изменении мышечного тонуса), нарушением взаимодействия между мышцами – агонистами³ и синергистами⁴. В следствии этих нарушений возникает ограничение возможностей реализации широкого спектра двигательной активности у детей с диагнозом ДЦП.

По степени тяжести нарушений двигательных функций и по сформированности двигательных навыков дети разделяются на три группы.

В *первую группу* входят дети с тяжелыми нарушениями. У некоторых из них не сформированы ходьба, захват и удержание предметов, навыки самообслуживания; другие с трудом передвигаются с помощью ортопедических приспособлений, навыки самообслуживания у них сформированы частично.

Во *вторую группу* входят дети, имеющие среднюю степень выраженности двигательных нарушений. Большая часть этих детей может самостоятельно передвигаться, хотя и на ограниченное расстояние. Они владеют навыками самообслуживания, которые недостаточно автоматизированы.

Третью группу составляют дети, имеющие легкие двигательные нарушения, — они передвигаются самостоятельно, владеют навыками самообслуживания, однако некоторые движения выполняют неправильно.

Данная программа разработана для обучения детей, по состоянию здоровья относящихся ко второй и третьей группам двигательных нарушений.

² **Резидуальный** – остаточный, сохранившийся после перенесенного заболевания. Начальная резидуальная стадия характеризуется задержкой и нарушением первых этапов развития двигательных навыков. Протекает с 3-4 месяцев до 3-4 лет. Поздняя резидуальная стадия характеризуется наличием типичных изменений в опорно-двигательном аппарате, контрактурами и деформациями, как обратимыми, так и необратимыми.

³ **Агонисты** – скелетные мышцы, которые выполняют основное движение в определенном упражнении. То есть агонистом может быть любая мышца, для ее определения необходимо конкретное движение.

⁴ **Синергисты** – эти мышцы выступают помощниками агонистов при движении, забирая часть нагрузки на себя, либо являются стабилизаторами (фиксаторами) положения.

Программа «Свобода движений» направлена на укрепление здоровья обучающихся, развитие двигательных функций ребенка, улучшение показателей физического развития и расширение диапазона функциональных возможностей; компенсацию нарушений, вызванных заболеванием; освоение жизненно важных двигательных умений, навыков и качеств. Особое внимание уделяется обучению тем двигательным навыкам, которые больше всего необходимы в жизни, и прежде всего — обеспечивающие ребенку ходьбу, предметно-практическую деятельность и самообслуживание.

Именно в детском возрасте, когда продолжаются процессы роста и формирование организма, средствами специальных занятий и упражнений можно повлиять на развивающиеся контрактуры⁵, деформации, неправильные установки туловища и конечностей, смещение центра тяжести, установить правильный мышечный стереотип и фиксировать позы. Комплексные и систематические занятия помогут ребенку уменьшить последствия поражения нервной системы, значительно снизить степень инвалидизации.

Обучение по программе предоставляет детям с НОДА не только возможность для получения новых знаний, умений и навыков, но и способствует личностному росту и социально-психологической адаптации, самореализации и раскрытию своих способностей. Самое главное, что для них создается «ситуация успеха», что положительно влияет на развитие и социализацию детей с НОДА, в том числе детей с ДЦП.

Важным аспектом обучения является также формирование устойчивых мотивов и потребностей в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических и психических качеств, творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни.

Обучение детей с НОДА основано прежде всего на индивидуальном подходе. То есть не используется стандартный набор упражнений. В каждом конкретном случае индивидуально подбираются общеразвивающие и специальные упражнения, которые применяются целенаправленно в соответствии с задачами образовательной программы, в дозированной форме, с учетом общего состояния ребенка, особенностей заболевания и нарушения функции пораженной системы или органа. Так, например, не все дети с ДЦП способны освоить весь спектр двигательных навыков, которые осваивает обычный ребенок. В связи с этим при построении программы обучения выбираются ориентиры — те навыки, которым будут обучать конкретного ребенка. В зависимости от индивидуальных особенностей ребёнка педагог выбирает и тренирует максимально возможное количество актуальных и разнообразных двигательных навыков, учит ребенка адаптировать их к естественным условиям окружающей среды. Освоение новых навыков и двигательных стратегий способствуют формированию независимости ребенка, максимально возможному его участию в жизни общества.

⁵ **Контрактúra** (лат. *Contractura* – стягивание, сужение) – ограничение пассивных движений в суставе, то есть такое состояние, при котором конечность не может быть полностью согнута или разогнута в одном или нескольких суставах, вызванное рубцовым стягиванием кожи, сухожилий, заболеваниями мышц, сустава, болевым рефлексом и другими причинами. Контрактуры принято делить на две основные группы: а) пассивные (структурные) и б) активные (неврогенные).

Также в обучении детей с НОДА двигательным, бытовым навыкам, навыкам самообслуживания, коммуникации, играм и получению знаний используется системный подход (В. А. Лильин, Е. Т. Доскин):



Основной метод обучения - это тренировка выполнения конкретных двигательных задач. Все задания направлены на максимальное повышение эффективности движения в рамках возможностей ребенка, а не на восстановление движения до уровня нормального.

При развитии двигательных функций важное значение имеет использование комплексных афферентных стимулов: зрительных (проведение упражнений перед зеркалом), тактильных (применение различных приемов самомассажа; ходьба по камешкам и колючим коврикам), проприоцептивных (специальные упражнения с сопротивлением, чередование упражнений с открытыми и закрытыми глазами).

Необходимо помнить, что нельзя дать хорошее моторное развитие ребёнку, не опираясь в этом деле на помощь родителей, которые являются активными участниками и помощниками в учебно-воспитательном процессе. Они помогают создавать двигательную среду, интересуются успехами и достижениями детей, участвуют в различных мероприятиях. Поэтому важно организовать для них консультации, оформлять информационные стенды.

При написании программы использовались следующие материалы:

- методические рекомендации по разработке и адаптации дополнительных общеобразовательных программ для детей с ограниченными возможностями здоровья и инвалидностью (по уровням освоения программы) [19];
- методические рекомендации по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей [20];
- методические рекомендации по организации дополнительного образования детей с ограниченными возможностями здоровья и инвалидностью.

Вид программы. Адаптированная дополнительная общеобразовательная программа по оздоровительной гимнастике для детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата «Свобода движений» является авторской.

Отличительные особенности программы

1. Основная педагогическая идея программы - организация системной физкультурно-оздоровительной работы для детей с ДЦП в резидуальной стадии заболевания по формированию у них мотивации к занятиям физической культурой, к здоровому образу жизни, ответственности за сохранение своего здоровья. Мотивация к деятельности, заинтересованность, личная активность ребенка в овладении моторикой – один из наиболее мощных механизмов компенсации.

Развивая различные стороны мотивации, нужно добиваться осознания ребенком производимых им действий, по возможности обосновывая ход выполнения каждого действия. Педагог должен привлекать внимание ребенка к выполнению задания, терпеливо и настойчиво добываясь ответных реакций. При этом следует избегать чрезмерных усилий ребенка, что приводит обычно к нарастанию мышечного тонуса.

2. Личностно-ориентированный и дифференцированный подходы являются базовым основанием программы и, прежде всего, предполагают реализацию педагогом образовательно-воспитательных задач, применительно к возрасту, полу, возможностям, уровню обученности и воспитанности каждого ребенка.

3. Особое внимание в занятиях уделяется тем двигательным навыкам, которые больше всего необходимы в жизни, и прежде всего обеспечивающим ребенку ходьбу, предметно-практическую деятельность и самообслуживание. Тренируемые навыки постоянно адаптируются к повседневной жизни ребенка. Акцент делается не только на приобретение умений, но и развитие готовности применять полученные знания в различных ситуациях реальной жизни.

Факторы, влияющие на формирование готовности к действиям:

- наличие *личностного смысла* действия и его результата,
- *эмоциональное переживание ситуации* выполнения действия,
- наличие *позитивного опыта* действий,
- чувство и осознание *личной ответственности* за действия и их результаты.

4. Программа предусматривает использование средств физического воспитания, способствующих оздоровлению и адаптации к учебной и трудовой деятельности обучающихся с НОДА, содействующих развитию интеграционных⁶ процессов.

5. Физическое воспитание строится с учетом:

- особенностей, возможностей, интересов и образовательных потребностей обучающихся,
- уважительного и требовательного отношения,
- опоры на положительные и сохранные качества, создания оптимистических перспектив развития и социализации,
- содержания и способов деятельности, в которую включены обучающиеся, мотивов участия в деятельности, характером педагогического руководства.

6. Программа направлена на овладение комплексами упражнений, благотворно воздействующими на состояние организма обучающегося с учетом его заболевания;

⁶ **Интеграция** (соединение, восстановление) представляет собой объединение в единое целое ранее разрозненных частей и элементов системы на основе их взаимозависимости и взаимодополняемости.

обучение правилам подбора и самостоятельного выполнения комплекса упражнений в домашних условиях с учетом рекомендаций врача и педагога; соблюдение правил личной гигиены, рационального режима труда и отдыха, освоение знаний о физической культуре, роли в формировании здорового образа жизни; воспитание положительных качеств личности (силы воли, характера).

Цель и задачи программы

Цель программы: содействие физическому развитию и расширению диапазона функциональных возможностей, освоению жизненно-важных двигательных умений и навыков, социальной адаптации обучающихся средствами оздоровительной гимнастики.

Данная программа способствует решению следующих задач:

Образовательные (предметные):

- развить жизненно важные двигательные качества, умения и навыки, необходимые для повседневной жизни, максимально повысить эффективность движения в рамках возможностей ребенка;
- обучить элементарной технике выполнения общих и специальных физических упражнений, правилам безопасности во время занятий;
- увеличить диапазон и сложность освоенных физических упражнений в рамках возможностей ребенка;
- обучить необходимым знаниям по строению организма человека и его функциям, здоровому образу жизни и т.д.;
- обучить навыкам сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях.

Метапредметные:

- научить оценивать правильность выполнения учебной задачи, правильность выполнения упражнения, двигательного действия, самостоятельно контролируя работу мышц-антагонистов;
- способствовать развитию коммуникативных навыков и умений, умению взаимодействовать друг с другом;
- научить основам самоконтроля своего физического состояния (оценка степени усталости, самочувствия, нахождение пульса).

Личностные задачи:

- формировать мотивацию к самостоятельным занятиям физическими упражнениями и двигательной активности;
- способствовать развитию внимания, скорости реакции, волевого управления поведением через физические упражнения;
- способствовать формированию правильного стереотипа движения и навыков осанки, умению расслаблять мышцы;
- способствовать преодолению страхов, развитию уверенности и самостоятельности, формировать адекватные представления о собственных возможностях.

Специальные задачи:

- способствовать торможению патологической тонической рефлекторной активности, нормализации на этой основе мышечного тонуса и облегчение произвольных движений;
- способствовать укреплению паретичных мышц;
- способствовать улучшению подвижности суставов;
- способствовать увеличению силовой выносливости мышц.

Уровни освоения программного материала

Программа предполагает два уровня освоения: стартовый и базовый.

Стартовый (ознакомительный) уровень охватывает 1 год обучения. Основное внимание уделяется знакомству, установлению контакта, определению образовательных потребностей ребенка, его адаптации и формированию мотивации к занятиям.

На первых занятиях проводится сбор и анализ первоначальной информации о ребенке, изучение документации, а также визуальный осмотр ребенка (осанка, мышечный рельеф, видимые нарушения ОДА), с помощью простых упражнений оценивается актуальное физическое развитие, двигательные возможности и индивидуальные потенциальные возможности ребенка. На основе полученного материала подбираются методика обучения, корректирующие позы, специальные физические упражнения, нагрузка, дозировка.

По завершению первого года обучения будут следующие результаты:

- установлены дружеские отношения с ребенком, взаимопонимание и доверие с родителями;
- ребенок проявляет интерес к занятиям (физическим упражнениям, играм), проявляет положительные эмоции при их выполнении, радуется своим успехам;
- ребенок знает правила техники безопасности на занятии;
- ребенок может выполнять простые упражнения, владеет определенными умениями, необходимыми в быту;
- ребенок умеет оценивать свое физическое состояние (усталость, самочувствие);
- ребенок будет проявлять больше уверенности и самостоятельности.

Базовый уровень. Базовый уровень предполагает освоение программы на 2-5 годах обучения. Основными задачами этого этапа является:

- дальнейшее развитие функциональных и физических возможностей организма;
- усложнение физических упражнений, повышение физической и эмоционально-психической нагрузки;
- обучение новым умениям и навыкам, их совершенствование;
- развитие самостоятельности, уверенности в своих силах, эмоциональной стабильности;
- формирование стойкого интереса к занятиям;

– социализация ребенка, привлечение его к участию в спортивных мероприятиях;

– развитие функциональной грамотности. Функциональная грамотность рассматривается, как способность использовать приобретенные на занятиях знания умения и навыки для решения максимально широкого диапазона жизненных задач в различных сферах человеческой деятельности, общения и социальных отношений.

Объем и срок освоения

Срок освоения адаптированной дополнительной общеобразовательной программы по оздоровительной гимнастике для детей с НОДА «Свобода движений» – 5 лет. Объем программы – 504 часа.

Наименование программы	Год обучения	Минимальное количество учащихся в группе (чел.)	Максимальное количество учащихся в группе (чел.)	Количество часов за год (час)
Адаптированная дополнительная общеобразовательная программа по оздоровительной гимнастике для детей с нарушением опорно- двигательного аппарата «Свобода движений»	1	1	1	72
	2	1	1-2	108
	3	1	3-5	108
	4	1	3-5	108
	5	1	3-5	108
Итого				504

В связи с особенностями психофизического развития обучающихся, с учетом заключениями ПМПК и ИПРА, и других особых образовательных потребностей детей с НОДА возможно изменение нормативной продолжительности реализации программы в сторону уменьшения или увеличения количества часов обучения в год.

Так же, при необходимости, обучение по программе может быть продолжено после завершения нормативного срока освоения адаптированной программы. В этом случае составляется индивидуальная рабочая программа на следующий учебный год.

Адресат программы

Адаптированная дополнительная общеобразовательная программа по оздоровительной гимнастике для детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата «Свобода движений» предназначена для обучающихся в возрасте от 5 до 18 лет.

При работе с детьми с НОДА и ДЦП учитываются не только возрастные индивидуальные психофизиологические особенности детей, но и специфические изменения присущие конкретному заболеванию.

Особенностью детей с НОДА является то, что у них двигательные расстройства нередко сопровождаются комплексом других нарушений: психическими и речевыми.

В следствии этого могут быть отмечены:

– расстройства внимания и памяти – проявляются в повышенной отвлекаемости, сужении объема внимания, преобладании слуховой памяти над зрительной. Недостатки внимания сказываются негативно и на процессах ощущения и восприятия;

– нарушения речи;

– часто отмечаются снижения слуха, что приводит к трудностям при обучении письму и чтению;

– нарушение пространственной ориентации, в следствии этого проявляется замедленное формирование понятий, определяющих положение предметов и частей собственного тела в пространстве, неспособности узнавать и воспроизводить геометрические фигуры, складывать из частей целое. Нарушение пространственного анализа и синтеза и несформированность зрительно-моторной координации, т.е. несогласованная работа руки и глаза, проявляется при овладении навыками самообслуживания, определении левой и правой стороны.

– особенности эмоционально-волевой сферы, которые проявляются в виде повышенной возбудимости, склонности к колебаниям настроения, появлению страхов. Склонность к колебанию настроения часто сочетается с инертностью эмоциональных реакций. Начав плакать или смеяться, ребенок не может остановиться. Эти проявления нередко сочетается с плаксивостью, раздражительностью, капризностью, реакциями протеста, которые усиливаются в новой для ребенка обстановке и при утомлении;

– так же возможно проявление психического инфантилизма, который выражается в наличии несвойственных возрасту черт детскости, непосредственности, склонности к фантазированию и мечтательности, преобладанию игровых интересов;

– ограниченность общения, в следствии чего может быть бедное представление об окружающем мире, трудности в социализации, адаптации. Паталогическое формирование личности.

Достаточное интеллектуальное развитие у этих детей часто сочетается с отсутствием уверенности в себе, с ограниченной самостоятельностью, с повышенной внушаемостью. Личностная незрелость проявляется в наивности суждений, слабой ориентированности в бытовых и практических вопросах жизни.

Дети с НОДА характеризуются повышенной утомляемостью, впечатлительностью. Они чутко реагируют на любые изменения внешней среды: обстановки, погоды, а особенно – настроения и отношения близких людей. Поэтому, именно семья, родители – основной источник, из которого могут черпать силы и энергию для выздоровления эти дети.

Можно выделить особые потребности, свойственные всем обучающимся с НОДА (непрерывность коррекционно-развивающего процесса; использование специальных методов, приёмов и средств обучения, индивидуализация обучения; обеспечение особой пространственной и временной организации образовательной среды).

Краткая характеристика детей с ДЦП

У детей с детским церебральным параличом также отмечается нарушение не только опорно-двигательного аппарата, но и недоразвитие познавательных процессов, отставание в психофизическом развитии. Особенностью развития познавательной сферы является дефицитное развитие: нарушение активного произвольного внимания, сенсорных функций, речи, нарушение памяти, формирования личности ребенка, коммуникативных навыков, эмоционально-волевой сферы.

1. *Физические и моторные особенности.* При двигательных нарушениях изменен весь ход моторного развития, что сказывается на формировании нервно-психических функций, освоении предметно-практической деятельности, интегративной деятельности мозга, общем ходе психического развития. При ДЦП двигательные

расстройства вызваны нарушением контроля со стороны ЦНС за функциями мышц. В процессе созревания нервной системы меняются внешние проявления заболевания. Постепенно вялость мышц уступает место все более нарастающей спастичности, поражающей мышцы губ и языка, мышцы плечевого пояса и рук, мышцы ног. В периоде 4-6 лет на фоне закрепляющейся спастичности мышц проявляются насильственные движения. К подростковому периоду проявления ДЦП у разных больных становятся все более однородными.

У детей с ДЦП, бывает поражены конечности с одной стороны (гемипарез) или с двух сторон (тетрапарез), которыми они не способны работать так же, как здоровыми. Координация движений у таких детей сильно нарушена, во время ходьбы они неправильно ставят ноги, из-за чего походка становится неустойчивой. Малейшее препятствие или сильный испуг могут стать причиной внезапного падения.

Особенно остро проявляются дефекты моторики рук во время формирования бытовых и трудовых навыков. Во время занятий таким ребятишкам сложно работать с мелкими предметами. Они не могут правильно повторить упражнения за взрослыми, неспособны сохранять равновесие в статичной позе, соблюдать правильную амплитуду движений, ритм, согласовывать движения тела и конечностей.

2. **Уровень работоспособности** значительно снижен. При ДЦП выражена замедленность, истощаемость психических процессов; низкая переключаемость на другие виды деятельности.

3. **Уровень психического развития.** Нарушения развития психики зависят от времени мозгового поражения, локализации и степени выраженности. Выделяют два варианта у детей с данным диагнозом:

- временная задержка темпов психического развития (при своевременной коррекционной работе возможно достижение уровня нормы);
- состояние стойкой, легкой интеллектуальной недостаточности, имеющей обратимый характер.

4. **Расстройства эмоционально-волевой сферы.** У детей отмечается повышенная тревожность, психический инфантилизм.

Психический инфантилизм характеризуется следующими особенностями:

- дети стараются делать только то, что им приносит удовольствие;
- они проявляют повышенную эгоцентричность;
- не умеют работать в команде;
- неспособны соотносить собственные желания с интересами близких;
- ведут себя «по-детски».

Все эти признаки могут сохраняться в течение жизни, в том числе и в старшем возрасте.

Детей с проявляющимся психическим инфантилизмом можно разделить на две категории: демонстрирующих повышенную возбудимость или пассивных. В первом случае дети проявляют себя активными, суетливыми, раздражительными, склонными к беспричинной агрессии и беспокойству, смене настроения. Во втором случае дети, наоборот, излишне спокойны, не проявляют инициативу, стеснительны, медлительны, вялые, не самостоятельны. Такие дети плохо приспосабливаются к новым условиям, не

доверяют незнакомым людям, страдают фобиями, которые их преследуют на протяжении всей жизни.

Характерным признаком детей с ДЦП является повышенный уровень впечатлительности. Порой ситуации или совершенно невинные выражения могут детей рассердить или довести до слез.

5. Уровень развития интеллекта. Детям с ДЦП свойственна интеллектуальная недостаточность, имеющая неравномерный, дисгармоничный характер, обусловленный органическим поражением мозга на ранних этапах его развития. В большинстве случаев детям свойственна низкая познавательная активность, которая проявляется в отсутствии интереса к занятиям, низком уровне сосредоточенности, медлительности.

6. Уровень развития речи. При ДЦП частота речевых нарушений составляет 80 %. Основными формами речевых нарушений являются: задержка речевого развития, дизартрия, алалия, нарушение письменной речи (дисграфия).

7. Внимание – не достаточная концентрация и объем.

8. Восприятие – замедленно.

9. Память – снижен объем механической памяти.

Детям с нарушениями опорно-двигательного аппарата, и в том числе с ДЦП, необходима поддержка в процессе социальной адаптации, психолого-педагогическое сопровождение, условия специального образования.

Форма обучения – очная.

Режим занятий

Стартовый уровень:

1 год обучения: 2 раза в неделю по 1 часу, общее количество часов в неделю - 2 часа.

Базовый уровень:

2 - 5 год обучения: 3 раза в неделю по 1 часу, общее количество часов в неделю - 3 часа.

Продолжительность 1 академического часа для дошкольников – 30 минут, для школьников – 45 минут.

Особенности организации образовательного процесса

Условия приёма. На обучение по программе «Свобода движений» принимаются дети и подростки на добровольной основе. Для зачисления ребёнка родителям необходимо предоставить: заявление о приёме, медицинскую справку о состоянии здоровья ребёнка с указанием имеющегося диагноза, справку об инвалидности, анкету для родителей и согласие на обработку персональных данных. Родителям необходимо зарегистрировать ребенка в ИС «Навигатор» и подать заявку.

Форма организации занятий – индивидуальная. Также, на 3-5 годах обучения возможно объединение обучающихся в малые группы. Малые группы формируются с учётом возраста, степени тяжести и однородности двигательных нарушений.

Индивидуальные занятия направлены в основном на нормализацию координации движений, равновесия, мышечной силы. На групповых занятиях дети, благодаря

склонности к подражанию, быстрее осваивают отдельные движения и навыки, обучаясь и копируя друг друга. Очень важен эмоциональный фон занятия. Когда дети вместе играют, то на фоне положительного эмоционального состояния и соревновательного момента они часто выполняют движения, которые в обычных условиях им не доступны. Мало групповые занятия имеют целью не только нормализацию двигательной деятельности, но и способствуют социализации обучающихся, поддержанию уверенности в себе, повышению мотивации к занятиям.

Алгоритм учебного занятия (типичного)

Для поддержания постоянного интереса детей к занятиям оздоровительной гимнастикой применяются разнообразные варианты их проведения: занятия по традиционной схеме; занятия, построенные на подвижных играх; сюжетные занятия.

Типичное физкультурное занятие состоит из трех частей:

- подготовительная часть, подготавливающая мышечно-суставного аппарата ребенка к активным физическим нагрузкам;
- основная часть – самая большая по объему и значимости; цель: тренировка разных групп мышц, совершенствование всех физиологических функций организма детей; включает общеразвивающие упражнения (ОРУ) и основные виды движений; итогом основной части занятия может стать тематическая подвижная игра;
- заключительная часть – проведение упражнений на расслабление, растяжение, дыхательные упражнения. Цель: нормализовать психоэмоциональное состояние воспитанников; предполагается также анализ деятельности детей с целью развития физических качеств и формирования уверенности в своих силах, настойчивости в преодолении трудностей, взаимопомощи).



Требования к занятиям с детьми с НОДА и ДЦП:

- постепенно увеличивать нагрузку и усложнять упражнения;
- чередовать различные виды упражнений, применяя принцип рассеянной нагрузки;
- упражнения должны соответствовать возможностям ребенка;
- должен быть индивидуальный подход;
- рационально дозировать нагрузку, не допускать переутомления;

– обеспечить профилактику травматизма и страховку.

Дети должны заниматься в спортивной форме и спортивной обуви. Вопрос об использовании ортопедической обуви и аппаратов во время занятий решает врач.

Принципы и методы обучения

Физическое воспитание детей с НОДА ставит перед собой те же цели и задачи, что и физическое воспитание здоровых детей, однако специфические особенности развития моторики детей с НОДА требуют применения особых методов и приемов.

Принципы работы с детьми с НОДА

1. Создание мотивации. Наилучший результат можно получить при оптимальной мотивации, желании и потребности работать. Педагогам необходимо создавать ситуации, при которых ребёнок может проявить активность. Формирование интереса, мотивации возможно при правильной организации занятий: использование игровых моментов, особенно для детей дошкольного и младшего школьного возраста, правильный выбор сложности и темпа выполнения упражнений, подбора различных упражнений и средств.

Дети с НОДА, как и все дети, любят играть. В игре они часто выполняют движения, действия, которые в другой ситуации не выполняют. Игры включают коррекцию двигательных, кинестетических, зрительно-пространственных, речевых и других нарушений. Игр должно быть много, разнообразных и интересных для ребёнка, но всегда целенаправленных. Если игры очень сложные, то ребёнок отказывается работать, если слишком лёгкие - ему не интересно.

2. Согласованность активной работы и отдыха. Высокая утомляемость при физической и психической нагрузке требует согласования активной работы и отдыха, своевременного перехода к другой деятельности, до наступления утомления, пресыщения.

3. Непрерывность процесса обучения. Занятия должны быть регулярными, систематическими, адекватными, практически постоянными и в учреждении и дома.

Процесс физического воспитания является целостной системой, в которой предусматривается последовательность в проведении занятий физическими упражнениями. Последовательность – важнейшее условие процесса обучения движениям и процесса воспитания физических качеств. Все упражнения необходимо выполнять регулярно, непрерывно. Следует понимать, что мышечная память достаточно быстро забывает конкретные моменты. Следовательно, они должны систематически выполняться, чтобы можно было достигнуть наилучшего результата. Необходимо обеспечить постоянную преемственность эффекта занятий, устранить большие перерывы между ними с целью исключения разрушающего воздействия того, что было приобретено ранее в процессе занятий.

4. Необходимость поощрения. Дети с НОДА, как и все дети нуждаются в поощрении, и если на занятии сегодня ребёнок был более активным, изобретательным, что-то сделал лучше, то это надо отметить, похвалить его, в конце занятия подвести итог, но не в коем случае нельзя сравнивать успехи детей.

5. Социальная направленность занятий. Работать над социально значимыми двигательными актами (протянуть руку, взять кружку, поднести ко рту, переложить предмет), а не над отдельными движениями (сгибание или разгибание в локтевом суставе).

6. Необходимость активизации всех нарушенных функций. На каждом занятии активизировать наибольшее число пострадавших анализаторов (двигательные, кинестетические, речевые, зрительные, слуховые).

7. Сотрудничество с родителями. Обязательно сотрудничать с родителями, чтобы и дома продолжалось адекватное воздействие. Использовать лечебную силу движений в простом и разнообразном домашнем труде - почистить зубы, застелить постель, помыть посуду, подмести пол. Не отбивать желание у детей что-либо делать самим, поощрять их к этому, ни в коем случае не делать за детей то, что они могут сами.

8. Воспитательная работа. Необходимо воспитывать взаимопомощь, самостоятельность, чувство ответственности. Большую роль играет семья, в которой ребенок проводит основную часть времени, подход и отношение родителей к решению проблем ребенка. Родители должны создать условия для формирования максимальной самостоятельности и двигательной активности ребенка, возможности его всестороннего развития. Семье нельзя замыкаться в себе, избегать контактов, широкого общения. Это вредно и для ребенка, и для родителей.

Принципы физического воспитания

Применительно к физическому воспитанию понятие «принцип» означает основные правила, исходные положения при занятиях физическими упражнениями.

Дополнительная образовательная программа «Свобода движения» построена на таких **общепедагогических принципах** как:

1. Принцип сознательности и активности предусматривает определение направления и содержания творческого сотрудничества педагога и занимающегося при достижении поставленной цели. Под влиянием физических упражнений ребенок начинает правильно ощущать позы и движения. Поэтому, развивая движения ребенка, надо следить за точностью их выполнения, чему способствует его активное участие в процессе. Только при этом условии в мозгу ребенка будут формироваться правильные кинестетические ощущения и представления.

Компонентами данного принципа являются создание у занимающихся внутренней мотивации и формирование у них творческих умений и навыков самостоятельного выполнения физических упражнений.

2. Принцип наглядности. Наглядность означает привлечение органов чувств в процессе познания. Наглядность включает 3 формы: зрительную, звуковую и двигательную.

Зрительная наглядность (показ движений в целом и по частям) содействует уточнению пространственных и пространственно-временных характеристик движений. Роль зрительной наглядности исключительно важна на начальных этапах овладения новыми двигательными действиями.

Звуковая наглядность (в виде звуковых сигналов) имеет значение для уточнения временных и ритмических характеристик двигательных актов. Человек запоминает 15%

информации, получаемой им в речевой форме, и 25% - в зрительной. Если обе формы используются одновременно, он может воспринять 65% от содержания этой информации.

Двигательная наглядность. Её значение исключительно велико, особенно при обучении новым двигательным действиям. Особенность двигательной наглядности заключается в том, что она наряду с уточнением движений в пространстве и во времени обеспечивает возможность ориентироваться в динамике действующих внутренних и внешних сил, особенно инерционных и реактивных.

3. Принцип доступности и индивидуализации. При реализации этого принципа необходимо учитывать физическое развитие, степень тяжести болезни, особенности ребенка, его интеллектуальное развитие, субъективные установки, желание и волевое проявление в освоении двигательных действий.

4. Принцип постепенного наращивания физических нагрузок предусматривает планомерное увеличение и обновление заданий в сторону их усложнения, увеличения объёма и интенсивности нагрузки по мере роста функциональных возможностей детей. Прогрессирующее развитие физических качеств возможно лишь при условии систематического повышения требований к функциональной деятельности организма ребёнка [5]. Реализация такого положения определяется дидактическими правилами: «от лёгкого к трудному», «от простого к сложному», «от освоенного к неосвоенному», «от знаний к умениям».

Методы физического воспитания

Обучение по программе строится не с учетом возраста, а с учетом индивидуального уровня развития ребенка.

В процессе реализации программы применяется две группы методов обучения: специфические и общепедагогические.

Общепедагогические методы включают в себя:

1. **Словесные методы** (описание, объяснение, беседа, разбор, комментарии и замечания). В физическом воспитании многие общепедагогические и специфические функции педагог решает с помощью слова: ставит перед занимающимися задачи, проводит инструктаж, отдаёт распоряжения и указания, управляет учебно-практической деятельностью на занятиях, проводит беседы, оценивает результаты освоения учебного материала, проводит воспитательную работу и т.п.

2. **Методы наглядного восприятия** способствуют зрительному, слуховому и двигательному восприятию занимающимися выполняемых заданий. В программе используется:

– **метод непосредственной наглядности** (показ упражнений педагогом) используется для создания у детей правильного представления о технике выполнения упражнения. Показ всегда должен сочетаться с методами слова, что позволяет исключить слепое, механическое подражание. Основное требование к показу – правильное выполнение упражнения учащимися. Поэтому показ двигательного действия повторяется в различных плоскостях и различном темпе (замедленно, быстро);

– **метод направленного прочувствования двигательного действия** предназначены для организации восприятия сигналов от работающих мышц, связок или

отдельных частей тела. На занятиях используются: направляющая помощь педагога при выполнении двигательного действия; выполнение упражнений в замедленном темпе; фиксация положения тела и его частей в отдельные моменты двигательного действия [10].

К специфическим методам физического воспитания относятся:

3. **Методы строго регламентированного упражнения** (четкое определение объема выполняемой работы) включают:

– методы обучения новым двигательным действиям. При обучении новым двигательным навыкам применяют изучение упражнения в целом (когда упражнение простое и знакомое для воспитанников) и по частям (когда упражнение сложное, и для доходчивого обучения его делят по частям);

– методы воспитания физических качеств. Методы строго регламентированного упражнения применяются для воспитания физических качеств, представляют собой различные комбинации нагрузок и отдыха. Результатом является достижение и закрепление адаптационных перестроек в организме. Применяются методы со стандартными и нестандартными нагрузками.

4. **Игровой метод (исполнение упражнений в игровой форме)**. Двигательная деятельность занимающихся организуется на основе содержания, условий и правил игры.

5. **Соревновательный метод** (использование упражнений в соревновательной форме). Обязательным условием этого метода является подготовленность занимающихся к выполнению тех упражнений, в которых они должны соревноваться. В практике физического воспитания соревновательный метод проявляется:

- стимулировать максимальное проявление двигательных способностей и выявлять уровень их развития;
- выявлять и оценивать качество владения двигательными действиями и выявлять уровень их развития;
- обеспечивать максимальную физическую нагрузку;
- содействовать воспитанию волевых качеств.

Оптимальное возрастное развитие опорно-двигательного аппарата, сердечно-сосудистой, дыхательной и других систем и органов ребёнка осуществляется благодаря набору разнообразных занятий с ним. Методики обучения при ДЦП предусматривают построение комплекса упражнений на принципах регулярности, систематичности, непрерывности занятий, индивидуальном подходе к каждому ребёнку, обращении внимания на его возраст, психическое и физическое развитие, с учетом тяжести заболевания, его интересы, особенности поведения.

В программу включены простые игры и игровые задания. Это обусловлено тем, что ребенок длительно выполнять монотонную работу не может, т.к. в двигательных центрах быстро наступает торможение, и он устает. В игре же, где часто и непредсказуемо меняется ситуация, возбуждительно-тормозные процессы в ЦНС постоянно меняются, что позволяет ребенку двигаться довольно продолжительное время. В игре ребенок может раскрыть и реализовать себя. При организации занятий

необходимо отдавать предпочтение тем упражнениям, которые ребенок выполняет с удовольствием. Данные подвижные игры способствуют решению специальных задач в соответствии с клиникой данного заболевания, реабилитации детей с ДЦП (улучшение функций ЦНС, органов дыхания, кровообращения, опорно-двигательного аппарата).

Двигательная активность дает независимость и уверенность в своих силах, расширяет круг знаний и общения, меняет ценностные ориентации, обогащает духовный мир, улучшает двигательные возможности, повышает жизненный тонус, физическое и психическое здоровье, следовательно, открывает возможности позитивного изменения биологического и социального статуса.

Планируемые результаты и способы их проверки

В результате освоения содержания программы, обучающиеся приобретут определенный запас знаний, умений и навыков.

Предметные результаты:

- будут развиты жизненно важные двигательные качества умения и навыки, необходимые для повседневной жизни, повысится эффективность движения в рамках возможностей ребенка;
- будут владеть элементарной техникой выполнения общих и специальных физических упражнений, будут знать и соблюдать правила безопасности во время занятий;
- будет увеличен диапазон и сложность освоенных физических упражнений в рамках возможностей ребенка;
- будет иметь представление о строении организма человека и его функциях, о здоровом образе жизни и т.д.;
- будет развит навык общения со взрослыми и сверстниками.

Метапредметные

- будет уметь оценивать правильность выполнения упражнений и двигательных действий, самостоятельно контролировать работу мышц;
- приобретет опыт общения и взаимодействия со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи;
- научится оценивать свое физическое состояние – степень усталости, самочувствия, нахождение пульса.

Личностные

- будет проявлять интерес к самостоятельным занятиям физическими упражнениями;
- внесен вклад в развитие внимания, скорости реакции, волевого управления поведением;
- внесен вклад в формирование правильного стереотипа движений и навыков осанки, в развитие умения расслаблять мышцы;
- внесен вклад в развитие уверенности и самостоятельности, формирования адекватных представлений о собственных возможностях.

Специальные

- внесен вклад в уменьшение патологической тонической рефлекторной

активности, нормализация на этой основе мышечного тонуса и облегчение произвольных движений,

- внесен вклад в укрепление паретичных мышц;
- внесен вклад в увеличение подвижности суставов, амплитуды движений;
- внесен вклад увеличению силовой выносливости мышц (длительность выполнения упражнений, сложность без видимого напряжения).

Способы проверки результатов освоения программы (формы текущей, промежуточной, итоговой аттестации обучающихся)

Главным методом педагогического контроля является: наблюдение, сдача контрольных нормативов.

Контроль проводится три раз в год:

Входящий контроль (сентябрь – октябрь) осуществляется на вводном занятии с целью определения у детей начальных знаний, умений и навыков; отношения и интереса к занятиям.

Текущий контроль (декабрь) отслеживает отношение и интерес к занятиям, и уровень достижений.

Итоговый контроль (май) определяет уровень полученных знаний, умений и навыков уровень физического развития ребёнка, его отношение и интерес к занятиям.

При оценке успехов обучающихся учитываются двигательные возможности и характер дефекта.

Оценка эффективности занятий адаптивной физической культурой при ДЦП

Особую категорию учащихся составляют дети с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ). Для них создаются специальные условия прохождения программы по физической культуре и специальные условия оценивания их деятельности.

С целью контроля физической подготовленности на разных этапах обучения необходим подбор специальных тестов, которые не являлись бы противопоказанием для данной категории учащихся.

Тестирование помогает решать ряд педагогических задач:

- 1) выявлять уровни развития кондиционных и координационных способностей;
- 2) оценивать качество физической подготовленности учащихся.

На основе результатов тестирования можно сравнивать подготовленность учащихся; выявлять преимущества и недостатки применяемых средств, методов обучения и форм организации занятий; осуществлять в значительной степени объективный контроль за обучением; наконец, обосновать нормы (возрастные, индивидуальные) физической подготовленности.

Контрольные испытания носят название «Выиграй сам у себя!» Проводятся тесты в начале и в конце учебного года, с целью выявления динамики, оценки физического развития учащихся и более правильного распределения нагрузки на уроках.

Таким образом, учебные нормативы для учащихся с ОВЗ должны соответствовать требованиям:

- 1) должны быть естественными и доступными для занимающихся;
- 2) не выражали собой сложных двигательных умений, требующих длительного специального обучения;
- 3) не требовали сложного оборудования и приспособлений, и были относительно просты по условиям организации и проведения;
- 4) давали достаточно полную картину о динамике изменения физических способностей.
- 5) учебные нормативы для данных групп не должны негативно влиять на двигательный аппарат.

Результаты уровня физической подготовленности учащихся сведены в таблицы, где условное обозначение уровней: В - высокий, С - средний, Н - низкий. В конце таблиц показаны в процентном соотношении развитие каждого физического качества и уровня.

В заключении можно сказать, что полученные данные позволяют определить уровень физического развития и физической подготовленности, который может измеряться такими категориями как «высокий», «средний» и «низкий». Нижний уровень развития показывает, что при ухудшении результатов возрастает количество нарушений в состоянии здоровья, а превышение верхнего уровня не ведет к улучшению состояния здоровья, а является показателем способности ребенка к данному виду деятельности.

Раздел 2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

Условия реализации программы

Кадровое обеспечение

Требования к кадрам. Уровень квалификации лиц, осуществляющих физкультурно-оздоровительную подготовку по адаптированной дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе, должен соответствовать требованиям, определенным профессиональными стандартами (приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 05.05.2018 № 298н «Об утверждении профессионального стандарта «педагог дополнительного образования детей и взрослых»), в том числе следующим требованиям:

- наличие среднего профессионального образования или высшего профессионального образования по специальности «Физическая культура», «Адаптивная физическая культура» или «Лечебная физическая культура» без предъявления требований к стажу работы.

Материально-техническое обеспечение. Одним из условий организации физкультурно-оздоровительных занятий в учреждении дополнительного образования является создание материальной среды: специальное помещение, обеспечение физическим оборудованием и инвентарём. При подборе физкультурного оборудования существенное значение имеет учет особенностей физического развития детей и возрастных этапов формирования моторики. Поэтому оборудование следует подбирать в соответствии с возрастными группами, с учетом особенностей и тяжести заболевания.

Материалы, из которых изготовлено оборудование, должны быть экологически чистыми и прочными и безопасными.

Характеристика помещений

Наименование	Площадь (м ²)
Зал с мягким покрытием	147,7
Зал ОФП	29,1
Раздевалка	26,1

Физкультурное оборудование и инвентарь

Наименование	Количество (шт.)	Наименование	Количество (шт.)
Мяч малый	20	Массажный коврик (кочки)	11
Мяч резиновый Д 20	10	Массажная дорожка	2
Массажные мячики Д6 (твердые)	8	Гимнастическая скамейка	1
Массажные мячики Д8 (мягкие)	6	Шведская стенка	4
Фитбол	5	Клюшка пластмассовая	4
Скакалка	5	Кубик	10
Гимнастическая палка	10	Кегля	10
Гантели (0,5 кг, 1кг, 2 кг)	10	Обруч	10

Координационная лестница U-POWEX	2	Массажный коврик (камешки)	4
Баскетбольное кольцо	2	Резина - петля	5

Информационно-методическое обеспечение Учебно-методического комплекса

№	Название методического материала	Целевая группа
1.	Комплекс общих развивающих упражнений	педагоги
2.	Комплекс упражнений на фитболе	педагоги, родители
3.	Комплексы упражнений для детей с ДЦП	педагоги, родители
4.	Комплексы упражнений пальчиковой гимнастики	педагоги, родители
5.	Комплекс упражнений с гантелями	педагоги
6.	Комплекс дыхательных упражнений	педагоги

Все методические разработки, предназначенные для работы педагогов, хранятся в методическом кабинете. Во время консультирования родителей, если возникает необходимость, им предоставляются брошюры с методическими рекомендациями для самостоятельной работы дома.

Календарный учебный график

Год обучения (уровень)	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий
1 год обучения (стартовый уровень)	Ежегодно 01 сентября	Ежегодно 31 мая	36	108	72	2 раза / нед. по 1 часу
2 год обучения (базовый уровень)	Ежегодно 01 сентября	Ежегодно 31 мая	36	108	108	3 раза / нед. по 1 часу
3 год обучения (базовый уровень)	Ежегодно 01 сентября	Ежегодно 31 мая	36	108	108	3 раза / нед. по 1 часу
4 год обучения (базовый уровень)	Ежегодно 01 сентября	Ежегодно 31 мая	36	108	108	3 раза / нед. по 1 часу
5 год обучения (базовый уровень)	Ежегодно 01 сентября	Ежегодно 31 мая	36	108	108	3 раза / нед. по 1 часу

Календарный учебный график заполняется ежегодно перед началом нового учебного года. При необходимости, по согласованию с родителями количество часов может быть изменено.

Учебный план Стартовый уровень 1 год обучения

№	Тема	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		общее	теория	практика	
1.	Вводное занятие (ТБ, расписание, форма, особенности занятий и т.д.)	1	1		Контрольный опрос Наблюдение

№	Тема	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		общее	теория	практика	
2.	Особенности ортопедического режима ребенка с ДЦП	1	1		Контрольный опрос Наблюдение
3.	Анатомия и физиология человека	1	1		Контрольный опрос Наблюдение
4.	Ходьба (бег) разной интенсивности	4,5		4,5	Наблюдение. Выполнение упражнений
5.	Общие развивающие упражнения (ОРУ)	4,5		4,5	Наблюдение. Выполнение упражнений
6.	Специальные физические упражнения (СФУ)	20		20	Наблюдение. Выполнение упражнений
7.	Дыхательные упражнения	4,5		4,5	Наблюдение. Выполнение упражнений
8.	Упражнения в ползании	9		9	Наблюдение. Выполнение упражнений
9.	Пальчиковая гимнастика	4,5		4,5	Наблюдение. Выполнение упражнений
10.	Упражнения на расслабления	4,5		4,5	Наблюдение. Выполнение упражнений
11.	Упражнения на координацию движений	6,5		6,5	Наблюдение. Выполнение упражнений
12.	Игровые упражнения	9		9	Наблюдение. Выполнение упражнений
13.	Тестирование	2		2	Выполнение контрольного задания
ИТОГО:		72	3	69	

**Базовый уровень
2 год обучения**

№	Тема	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		общее	теория	практика	
1.	Вводное занятие (ТБ, расписание, форма, особенности занятий и т.д.)	1	1		Контрольный опрос Наблюдение
2.	Определения ЧСС, степени утомления	1	1		Контрольный опрос Наблюдение
3.	Первая помощь при ушибах, кровотечениях, растяжениях	1	1		Контрольный опрос Наблюдение
4.	Анатомия и физиология человека	1	1		Контрольный опрос
5.	Ходьба (бег) разной интенсивности	9		9	Наблюдение. Выполнение упражнений
6.	Общие развивающие упражнения	9		9	Наблюдение. Выполнение упражнений
7.	Специальные физические упражнения (СФУ)	27		27	Наблюдение. Выполнение упражнений
8.	Дыхательные упражнения	7		7	Наблюдение. Выполнение упражнений
9.	Упражнения в ползании	9		9	Наблюдение. Выполнение упражнений
10.	Пальчиковая гимнастика	5		5	Наблюдение.

№	Тема	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		общее	теория	практика	
					Выполнение упражнений
11.	Упражнения на расслабление	9		9	Наблюдение. Выполнение упражнений
12.	Упражнения на координацию движений	18		18	Наблюдение. Выполнение упражнений
13.	Игровые упражнения	9		9	Наблюдение. Выполнение упражнений
14.	Тестирование	2		2	Выполнение контрольного задания
	ИТОГО:	108	4	104	

3 год обучения

№	Тема	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		общее	теория	практика	
1.	Вводное занятие (ТБ, расписание, форма, особенности занятий и т.д.)	1	1		Контрольный опрос Наблюдение
2.	Особенности режима дня	1	1		Контрольный опрос
3.	Основные мышцы человека	1	1		Контрольный опрос
4.	Полезные продукты	1	1		Контрольный опрос
5.	Ходьба (бег) разной интенсивности	9		9	Наблюдение. Выполнение упражнений
6.	Общие развивающие упражнения (ОРУ)	9		9	Наблюдение. Выполнение упражнений
7.	Специальные физические упражнения (СФУ)	30		30	Наблюдение. Выполнение упражнений
8.	Дыхательные упражнения	4,5		4,5	Наблюдение. Выполнение упражнений
9.	Упражнения в ползании	9		9	Наблюдение. Выполнение упражнений
10.	Пальчиковая гимнастика	4,5		4,5	Наблюдение. Выполнение упражнений
11.	Упражнения на расслабление спастических мышц	9		9	Наблюдение. Выполнение упражнений
12.	Упражнения на развитие координации, равновесия и ловкости	18		18	Наблюдение. Выполнение упражнений
13.	Подвижные игры и игровые упражнения	9		9	Наблюдение. Выполнение упражнений
14.	Контрольные тесты	2		2	Выполнение контрольного задания
	ИТОГО:	108	4	104	

4 год обучения

№	Тема	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		общее	теория	практика	
1.	Вводное занятие (ТБ, расписание, форма, особенности занятий и т.д.)	1	1		Контрольный опрос
2.	Закаливающие процедуры	1	1		Контрольный опрос

№	Тема	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		общее	теория	практика	
3.	Анатомия и физиология человека	1	1		Контрольный опрос
4.	Осанка. Виды осанки	1	1		Контрольный опрос
5.	Ходьба (бег) разной интенсивности	9		9	Наблюдение. Выполнение упражнений
6.	Общие развивающие упражнения (ОРУ)	9		9	Наблюдение. Выполнение упражнений
7.	Специальные физические упражнения (СФУ)	27		27	Наблюдение. Выполнение упражнений
8.	Дыхательные упражнения	4,5		4,5	Наблюдение. Выполнение упражнений
9.	Упражнения в ползании	12		12	Наблюдение. Выполнение упражнений
10.	Пальчиковая гимнастика	4,5		4,5	Наблюдение. Выполнение упражнений
11.	Упражнения на расслабление спастических мышц	9		9	Наблюдение. Выполнение упражнений
12.	Упражнения на развитие координации, равновесия и ловкости	18		18	Наблюдение. Выполнение упражнений
13.	Упражнения на тренажерах	5		5	Наблюдение. Выполнение упражнений
14.	Игровые упражнения	4		4	Наблюдение. Выполнение упражнений
15.	Контрольные тесты	2		2	Выполнение контрольного задания
	ИТОГО:	108	4	104	

5 год обучения

№	Тема	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		общее	теория	практика	
1.	Вводное занятие. Техника безопасности	1	1		Контрольный опрос
2.	Значение витаминов и минеральных веществ в жизни человека	1	1		Контрольный опрос
3.	Самомассаж и расслабляющие позы	1	1		Контрольный опрос
4.	Страх – друг или враг?	2	2		Контрольный опрос
5.	Первая помощь при травмах (ожоги, обморожение)	1	1		Наблюдение. Выполнение упражнений
6.	Ходьба (бег) разной интенсивности	9		9	Наблюдение. Выполнение упражнений
7.	Общие развивающие упражнения (ОРУ)	9		9	Наблюдение. Выполнение упражнений
8.	Специальные физические упражнения (СФУ)	22		22	Наблюдение. Выполнение упражнений
9.	Дыхательные упражнения	4		4	Наблюдение. Выполнение упражнений
10.	Упражнения в ползании и	9		9	Наблюдение.

№	Тема	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		общее	теория	практика	
	лазании				Выполнение упражнений
11.	Пальчиковая гимнастика	5		5	Наблюдение. Выполнение упражнений
12.	Упражнения на расслабление	9		9	Наблюдение. Выполнение упражнений
13.	Упражнения на развитие координации, равновесия и ловкости	18		18	Наблюдение. Выполнение упражнений
14.	Игровые упражнения, подвижные игры	9		9	Наблюдение. Выполнение упражнений
15.	Упражнения на тренажерах	6		6	Наблюдение. Выполнение упражнений
16.	Контрольные тесты	2		2	Выполнение контрольного задания
	ИТОГО:	108	6	102	

Содержание занятий
Стартовый уровень
1 год обучения

№	Название раздела, темы	Теория	Практика
1.	Вводное занятие (ТБ, расписание, форма, особенности занятий и т.д.)	Правила поведения в спортзале. Форма. Режим дня. Дисциплина	Рассказ. Беседа. Показ.
2.	Особенности ортопедического режима ребенка с ДЦП	Ортопедический режим, расслабляющие позы, корригирующие позы	Рассказ. Беседа. Практические навыки
3.	Анатомия и физиология человека	Строение скелета человека, основные группы мышц	Рассказ. Показ. Практические навыки
4.	Ходьба (бег) разной интенсивности		Выполнение упражнений. Ходьба (бег) обычная, приставным и скрестным шагом, змейкой, спиной, со сменой направления, с остановками
5.	Общие развивающие упражнения (ОРУ)		ОРУ без предмета, с предметом из возможных исходных положений Выполнение упражнений. Подготовка организма к основным нагрузкам
6.	Специальные физические упражнения (СФУ)		Упражнения для укрепления паретичных (ослабленных) мышц; идеомоторные ⁷ (мысленные) упражнения.

⁷ Идеомоторные упражнения – это посылка мысленного импульса в тренируемую группу мышц с получением «воображаемого» движения в соответствующих суставах. Цель упражнений - наладить прочную идеомоторную связь между двумя системами - программирующей (мозг) и исполняющей (н-р, руки).

№	Название раздела, темы	Теория	Практика
			<p>Корректирующие упражнения для коррекции уже имеющейся деформации (конечностей, туловища) и профилактики дефектов осанки.</p> <p>Упражнения для стоп и кистей; упражнения на растяжку мышц. Упражнения для улучшения свода стопы; на расслабления и укрепления мышц голени и стопы. Упражнения для сгибателей и супинаторов стопы. Упражнения правильного формирования хвата кисти, работы пальцев.</p> <p>СФУ выполняются с предметами (гимнастической палкой, мячами разных размеров и назначений, гантелями, обручем, скакалкой, фитболами), без предметов из исходного положения «Лежа на спине», «Лёжа на животе», «Сидя с прямыми и согнутыми ногами», «Стоя на четвереньках».</p> <p>Выполнение упражнений с помощью и самостоятельно.</p>
7.	Дыхательные упражнения		<p>Упражнения на грудное, диафрагмальное и смешанное дыхание.</p> <p>Простые упражнения из положения лежа на спине и стоя.</p>
8.	Упражнения в ползании		<p>Ползание (по-пластунски, четвереньках, с помощью рук и другие).</p> <p>Выполнение упражнений с помощью педагога и самостоятельно.</p>
9.	Пальчиковая гимнастика		<p>Игры на развитие мелкой моторики рук.</p> <p>Различные комбинации из пальцев.</p>
10.	Упражнения на расслабления		<p>Обучение расслаблению спастических мышц.</p> <p>Упражнения из положения лежа на спине, фитболе. Потряхивание. Расслабляющие позы.</p>
11.	Упражнения на координацию движений	Правильная работа рук и ног	<p>Упражнения на подавления работы мышц-синергистов.</p> <p>Правильное сочетание работы рук и ног на месте и в движении, при работе с предметами.</p>
12.	Игровые упражнения		<p>Выполнение игровых заданий.</p> <p>Игры для повышения эмоционального состояния ребенка и активации его двигательных действий</p>

№	Название раздела, темы	Теория	Практика
13.	Тестирование	Объяснение выполнения заданий	Выполнение контрольного задания

**Базовый уровень
2 год обучения**

№	Название раздела, темы	Теория	Практика
1.	Вводное занятие (ТБ, расписание, форма, особенности занятий и т.д.)	Правила поведения в спортзале. ТБ Форма. Особенности поведения. Дисциплина.	Рассказ. Беседа. Показ.
2.	Определения ЧСС, степени утомления	Оценка своего физического состояния на занятии. Утомление. Нахождение и подсчет пульса	Беседа. Показ. Практические навыки
3.	Первая помощь при ушибах, растяжениях	Симптомы. Что делать. Профилактика.	Рассказ. Беседа. Практические навыки.
4.	Анатомия и физиология человека	Строение скелета человека, основные группы мышц, внутренние органы	Рассказ. Показ. Практические навыки.
5.	Ходьба (бег) разной интенсивности		Ходьба обычная, приставным и скрестным шагом, змейкой, спиной, со сменой направления, с остановками. Выполнение упражнений.
6.	Общие развивающие упражнения (ОРУ)		ОРУ без предмета, с предметом из возможных исходных положений. Выполнение упражнений. Подготовка организма к основным нагрузкам
7.	Специальные физические упражнения (СФУ)		Упражнения для укрепления паретичных (ослабленных) мышц; идеомоторные (мысленные) упражнения; корректирующие упражнения для коррекции уже имеющейся деформации (конечностей, туловища) и профилактики дефектов осанки; упражнения для стоп и кистей; упражнения на растяжку мышц. Упражнения для укрепления мышечного «корсета», за счет развития мышц спины, прямых и косых мышц живота. Упражнения на развитие «мышечно-суставного чувства». СФУ выполняются с предметами (гимнастической палкой, мячами

№	Название раздела, темы	Теория	Практика
			<p>разных размеров и назначений, гантелями, обручем, скакалкой, фитболами), без предметов; из исходного положения «Лежа на спине», «Лёжа на животе», «Сидя с прямыми и согнутыми ногами», «Стоя на четвереньках».</p> <p>Выполнение упражнений с помощью педагога и самостоятельно.</p> <p>Упражнения для улучшения свода стопы, расслабления и укрепления мышц голени и стопы.</p> <p>Упражнения для правильного формирования хвата кисти, работы пальцев.</p> <p>Комплексы упражнений у вертикальной стены, стоя перед зеркалом.</p>
8.	Дыхательные упражнения		<p>Упражнения на грудное, диафрагмальное и смешанное дыхание.</p> <p>Простые упражнения из положения лежа на спине и стоя.</p>
9.	Упражнения в ползании		<p>Ползание (по-пластунски, на четвереньках, с помощью рук и другие).</p> <p>Выполнение упражнений с помощью и самостоятельно.</p>
10.	Пальчиковая гимнастика		<p>Различные комбинации из пальцев. Игры на развитие мелкой моторики рук</p>
11.	Упражнения на расслабление		<p>Обучение расслаблению спастических мышц.</p> <p>Упражнения из положения лежа на спине, фитболе, потряхивание.</p>
12.	Упражнения на координацию движений	Правильная работа рук и ног	<p>Упражнения на подавления работы мышц-синергистов.</p> <p>Правильное сочетание работы рук и ног на месте и в движении, при работе с предметами.</p>
13.	Игровые упражнения		<p>Доступные игровые задания. Игровые упражнения, повышающие интерес к занятиям и вызывающие положительные эмоции.</p>
14.	Контрольные тесты	Объяснение выполнения заданий	Выполнение заданий

3 год обучения

№	Название раздела, темы	Теория	Практика
1.	Вводное занятие (ТБ, расписание, форма, особенности занятий и т.д.)	Правила поведения в спортзале, ТБ. Форма. Режим дня. Дисциплина.	Рассказ. Беседа. Показ
2.	Особенности режима дня	Режим дня. Сон. Зарядка. Питание. Отдых.	Рассказ. Беседа
3.	Основные мышцы человека	Что такое мышцы. Группы мышц. Функции.	Рассказ. Беседа. Показ дидактического материала
4.	Полезные продукты	Зачем мы едим. Польза и вред. Полезные продукты.	Рассказ. Беседа. Показ дидактического материала
5.	Ходьба (бег) разной интенсивности	Ходьба обычная, приставным и скрестным шагом, змейкой, спиной, со сменой направления, с остановками.	Выполнение упражнений
6.	Общие развивающие упражнения (ОРУ)		Выполнение упражнений. Подготовка организма к основным нагрузкам. ОРУ без предмета, с предметом из возможных исходных положений
7.	Специальные физические упражнения (СФУ)		<p>Упражнения для укрепления паретичных (ослабленных) мышц; корригирующие упражнения для коррекции уже имеющейся деформации (конечностей, туловища) и профилактики дефектов осанки; упражнения для стоп и кистей; упражнения на растяжку мышц.</p> <p>СФУ выполняются как с предметами (гимнастической палкой, мячами разных размеров и назначений, гантелями, обручем, скакалкой, фитболами), так и без предметов из исходного положения «Лежа на спине», «Лёжа на животе», «Сидя с прямыми и согнутыми ногами», «Стоя на четвереньках».</p> <p>Упражнения для укрепления мышечного «корсета», за счет развития мышц спины, прямых и косых мышц живота.</p> <p>Упражнения на развитие «мышечно-суставного чувства».</p> <p>Выполнение упражнений с помощью и самостоятельно.</p> <p>Упражнения для улучшения свода стопы, на расслабление и укрепление мышц голени и стопы.</p>

			<p>Упражнения правильного формирования хвата кисти, работы пальцев.</p> <p>Упражнения у вертикальной стены, стоя перед зеркалом.</p> <p>Упражнения с закрытыми глазами.</p> <p>Выполнение упражнений без движения. Пассивные упражнения</p>
8.	Дыхательные упражнения		<p>Упражнения на грудное, диафрагмальное и смешанное дыхание.</p> <p>Упражнения из положения лежа на спине и стоя, с закрытыми глазами</p>
9.	Упражнения в ползании		<p>Ползание (по-пластунски, четвереньках, с помощью рук и другие).</p> <p>Выполнение упражнений с помощью и самостоятельно.</p>
10.	Пальчиковая гимнастика		<p>Различные комбинации из пальцев.</p> <p>Игры на развитие мелкой моторики рук.</p>
11.	Упражнения на расслабление спастических мышц	Обучение расслаблению спастических мышц.	<p>Упражнения из положения лежа на спине, фитболе, потряхивание.</p> <p>Расслабляющие позы</p>
12.	Упражнения на развитие координации, равновесия и ловкости		<p>Правильная работа рук и ног.</p> <p>Сохранения равновесия на возвышенной, подвижной опоре.</p> <p>Упражнения на подавления работы мышц-синергистов.</p> <p>Правильная работа антагонистов.</p>
13.	Подвижные игры и игровые упражнения		<p>Доступные игровые задания.</p> <p>Игровые упражнения для повышения интереса к занятиям и вызывающие положительные эмоции</p>
14.	Контрольные тесты	Объяснение выполнения заданий	Выполнение контрольного задания

4 год обучения

№	Название раздела, темы	Теория	Практика
1.	Вводное занятие (ТБ, расписание, форма, особенности занятий и т.д.)	Правила поведения в спортзале. Форма. Режим дня. Дисциплина.	Рассказ. Беседа. Показ
2.	Закаливающие процедуры	Виды процедур. Польза для организма	Рассказ. Беседа. Практические навыки
3.	Анатомия и физиология человека	Скелет человека, мышцы, внутренние органы	Рассказ. Показ. Практические навыки
4.	Осанка. Виды осанки	Что такое осанка. Виды нарушения осанки и ее	Беседа. Показ. Практические навыки

№	Название раздела, темы	Теория	Практика
		влияние на работу внутренних органов	
5.	Ходьба (бег) разной интенсивности		<p>Ходьба обычная, приставным и скрестным шагом, змейкой, спиной, со сменой направления, с остановками.</p> <p>Выполнение упражнений</p>
6.	Общие развивающие упражнения (ОРУ)		<p>ОРУ без предмета, с предметом (гимнастическая палка, мяч, кубики и т.д.) из возможных исходных положений. Выполнение упражнений.</p> <p>Подготовка организма к основным нагрузкам.</p>
7.	Специальные физические упражнения (СФУ)		<p>Упражнения для укрепления мышц верхних и нижних конечностей, спины и брюшного пресса.</p> <p>Упражнения на снижения гипертонуса мышц пораженных конечностей. Стимуляция пареоличных мышц.</p> <p>Упражнения на подвижность суставов.</p> <p>Упражнения на гибкость.</p> <p>Корректирующие упражнения для коррекции уже имеющейся деформации (конечностей, туловища) и профилактики дефектов осанки; упражнения для стоп и кистей.</p> <p>СФУ выполняются как с предметами (гимнастической палкой, мячами разных размеров и назначений, гантелями, обручем, скакалкой, фитболами), так и без предметов из исходного положения «Лежа на спине», «Лёжа на животе», «Сидя с прямыми и согнутыми ногами», «Стоя на четвереньках».</p> <p>Идеомоторные упражнения.</p> <p>Упражнения для конечностей с нарушением тонуса.</p> <p>Упражнения на развитие «мышечно-суставного чувства».</p> <p>Выполнение упражнений без движения, с помощью.</p> <p>Пассивные. Пассивно-активные упражнения. Потряхивание</p> <p>Упражнения с закрытыми глазами.</p>
8.	Дыхательные упражнения	Упражнения на грудное, диафрагмальное и смешанное дыхание	Простые упражнения из положения лежа на спине и стоя

№	Название раздела, темы	Теория	Практика
9.	Упражнения в ползании		Ползание (по-пластунски, четвереньках, с помощью рук и другие). Выполнение упражнений с помощью и самостоятельно
10.	Пальчиковая гимнастика		Различные комбинации из пальцев. Игры на развитие мелкой моторики рук
11.	Упражнения на расслабление спастических мышц		Обучение расслаблению спастических мышц. Упражнения из положения лежа на спине, фитболе, потряхивание
12.	Упражнения на развитие координации, равновесия и ловкости		Упражнения на подавления работы мышц-синергистов. Правильная работа антагонистов. Правильная работа рук и ног. Сохранения равновесия на возвышенной, подвижной опоре
13.	Упражнения на тренажерах	Объяснение работы на тренажерах. Техника безопасности	Работа на велотренажере, тренажере Бубновского и т.д.
14.	Игровые упражнения		Доступные игровые задания. Игровые упражнения повышают интерес к занятиям и вызывают положительные эмоции
15.	Контрольные тесты	Объяснение выполнения заданий	Выполнение контрольного задания

5 год обучения

№	Название раздела, темы	Теория	Практика
1.	Вводное занятие. Техника безопасности	Правила поведения в спортзале. Форма. Режим дня. Дисциплина.	Рассказ. Беседа. Показ
2.	Значение витаминов и минеральных веществ в жизни человека	Основные витамины и минералы. Значение для организма. Где содержатся	Рассказ. Беседа. Практические навыки
3.	Самомассаж и расслабляющие позы	Подбор поз для нормализации мышечного тонуса. Обучение приемам самомассажа	Беседа. Показ. Практические навыки
4.	Страх – друг или враг?	Беседа. Что такое страх и как с ним справляться	Рассказ. Беседа
5.	Первая помощь при травмах (ожоги, обморожение)	Профилактика, степени, медпомощь	Рассказ. Беседа. Показ
6.	Ходьба (бег) разной интенсивности		Ходьба обычная, приставным и скрестным шагом, змейкой, спиной,

			со сменой направления, с остановками. Выполнение упражнений
7.	Общие развивающие упражнения (ОРУ)		ОРУ без предмета, с предметом из возможных исходных положений. Выполнение упражнений. Подготовка организма к основным нагрузкам
8.	Специальные физические упражнения (СФУ)		Упражнения для укрепления мышц верхних и нижних конечностей, спины, брюшного пресса. Упражнения на растяжку и расслабления. Упражнения на подвижность суставов. Упражнения на гибкость. Корректирующие упражнения для коррекции уже имеющейся деформации (конечностей, туловища) и профилактики дефектов осанки; упражнения для стоп и кистей. Упражнения выполняются как с предметами (гимнастической палкой, мячами разных размеров и назначений, гантелями, обручем, скакалкой, фитболами), так и без предметов из исходного положения «Лежа на спине», «Лёжа на животе», «Сидя с прямыми и согнутыми ногами», «Стоя на четвереньках». Упражнения у вертикальной стены, стоя перед зеркалом
			Идеомоторные упражнения. Выполнение упражнений без движения, с помощью
			Упражнения для конечностей с нарушением тонуса. Упражнения на развитие «мышечно-суставного чувства». Пассивные. Пассивно-активные упражнения. Потряхивание Упражнения с закрытыми глазами.
9.	Дыхательные упражнения	Упражнения на грудное, диафрагмальное и смешанное дыхание	Простые упражнения из положения лежа на спине и стоя
10.	Упражнения в ползании и лазании		Ползание (по-пластунски, четвереньках, с помощью рук и другие). Выполнение упражнений с помощью и самостоятельно
11.	Пальчиковая гимнастика		Различные комбинации из пальцев. Игры на развитие мелкой моторики рук

12.	Упражнения на расслабление		Обучение расслаблению спастических мышц. Упражнения из положения лежа на спине, фитболе, потряхивание
13.	Упражнения на развитие координации, равновесия и ловкости		Правильная работа рук и ног. Упражнения на подавления работы мышц-синергистов. Упражнения на правильное сочетания работы рука-нога и т.д.
14.	Игровые упражнения, подвижные игры		Доступные игровые задания. Игровые упражнения для повышения интереса к занятиям и вызывающие положительные эмоции
15.	Упражнения на тренажерах	Объяснение работы на тренажерах. Техника безопасности	Работа на велотренажере, тренажере Бубновского и т.д.
16.	Контрольные тесты	Объяснение выполнения заданий	Выполнение контрольного задания

Оценочные, диагностические материалы, критерии оценивания

Мониторинг уровня физической подготовленности и развития двигательных умений и навыков

Для данной категории детей нет стандартного набора методов оценки, который бы использовался для всех обучающихся. Исходя из двигательных, психофизиологических возможностей ребенка, наличия двигательных нарушений педагог выбирает 3-5 упражнений для оценки уровня освоенности программы производится и оценки двигательных умений и навыков обучающихся.

В целом оценка функциональных возможностей ребенка является творческим процессом: мы должны выбрать или сконструировать такие методы и инструменты оценки, которые помогут нам оценить именно то, что нам необходимо оценить.

Примерный перечень тестовых упражнений

Определения силовой выносливости мышц брюшного пресса	
Поднятие и удержание прямых ног, лежа на спине	<p>Вариант № 1.</p> <p>Тест для определения силовой выносливости мышц брюшного пресса (автор Н.А. Гукасова).</p> <p>Ребёнок ложится на спину на пол. Руки спокойно лежат вдоль туловища. Необходимо медленно поднять ноги до угла 45, (включается секундомер) и удерживать их в таком положении максимально возможное время. Дыхание должно быть ровное, произвольное, без задержки.</p> <p>Если после подъема ног отмечается тремор, секундомер выключается. Такая ситуация свидетельствует о несостоятельности мышц брюшного пресса у данного ребёнка. В других случаях секундомер выключается после касания нижними конечностями поверхности пола.</p> <p>Вариант № 2.</p>

	И. п. лежа на спине. Одновременное поднятие ног, согнутых в коленных суставах (фактическое выполнение).
Подъем туловища из положения, лежа на спине	Предназначено для определения силы и силовой выносливости мышц - сгибателей туловища. Вариант №1 Выполняется в положении лежа на спине (на гимнастическом мате). Ноги закреплены носками под нижней рейкой гимнастической стенки (или партнер прижимает ступни к полу), колени согнуты, руки скрещены на груди/руки вперед. По команде «Упражнение начинай!» включают секундомер. Участник поднимается до положения сидя (вертикально), касается локтями коленей (или бедер) и возвращается в исходное положение. Определяется количество подъемов туловища за 30 сек. Засчитываются только правильно выполненные попытки. Возможные ошибки: участник не касается локтями (коленей) или лопатками гимнастического мата. Вариант № 2 И. п. лежа на спине. Выполнение подъема туловища в положение «сидя» с помощью маховых движений рук, ноги прямые (количество раз за 30 с);
«Ласточка», лежа на животе	Вариант № 1 (автор Н.А. Гукасова). Ребёнок ложится животом на пол, ставит руки на пояс, прогибается (включается секундомер). Время останавливается, когда туловище касается условной горизонтальной линии. Вариант № 2 Ребёнок ложится животом на пол, руки – назад – в стороны, ноги приподняты (включается секундомер). Время останавливается, когда туловище, ноги, руки касаются условной горизонтальной линии или возникает тремор.
Определения силы и силовой выносливости мышц рук	
Сгибание и разгибание рук в упоре, лежа на полу	Исходное положение - лежа на полу, руки согнуты, кисти в упоре на ширине плеч, туловище прямое, носки (колени) касаются пола. По команде «Начинай!» участник разгибает руки до положения упора на руках и носках (колени не касаются пола), затем сгибает руки (до 90 градусов) и возвращается в исходное положение и т.д. количество правильных отжиманий фиксируется в протоколе. Также используется И.П. с опорой на колени.
Поднятие грузика	Предназначается для развития мелкой моторики рук. Выполняется упражнение с помощью груза, подвешенного за палку. Исходное положение - хват двумя руками за круглую палку, руки чуть согнуты в локтевом суставе, перед грудью. По команде «Марш!» вращением обеими кистями рук, наматывается грузик от себя. Время останавливается тогда, когда учащийся поднимет груз по палки. Чем быстрее, тем лучше.
Ловля мяча двумя руками	Ребенок сидит или стоит, педагог стоит на расстоянии 3 метров напротив. По команде «Начали» педагог бросает

	ребенку мяч (10 раз). Ловля мяча двумя руками с расстояния два метра (количество раз из 10-ти); Ведется подсчет, сколько раз ребенок поймал мяч. Диаметр мяча выбирается индивидуально.
Метание мяча на дальность, с места	При исходном положении ноги поставлены немного шире плеч, правая отставлена назад, правая рука вдоль туловища (с мячом). При замахе правая рука переносится вверх-назад, затем направляется вперед и кистью выбрасывается мяч на дальность, дается 5 попыток. При оценке дальности полета мяча ориентируемся на нормативы ГТО для лиц с церебральным параличом.
Развитие моторики рук	
Колечко	Поочередное касание большого пальца с указательным - мизинцем одной руки (количество секунд за полное выполнение).
Пирамида	Собрать пирамиду из 5 колец одной рукой (пораженной) из ИП - сидя (количество секунд за полное выполнение)
Сила мышц	
Приседание	Приседания на обеих ногах. Тест помогает определить силу мышц ног. Стоя у опоры, испытуемый приседает. Приседания должны выполняться на всей стопе. Учитывается количество раз за 30 секунд.
Координация движений	
Шведская стенка	Подъем и спуск по гимнастической вертикальной лестнице (фактическое выполнение)

КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ ОСНОВНЫХ ПАРАМЕТРОВ ДИАГНОСТИЧЕСКОЙ КАРТЫ

Интерес ребёнка к занятиям в объединении

В (высокий)– ребёнок с удовольствием посещает занятия в объединении, активен на занятиях, пропускает занятия только по уважительным причинам, ответственно относится к любым поручениям педагога.

С (средний) – ребёнок регулярно посещает занятия в объединении, но на занятиях проявляет среднюю активность, не проявляет интереса к воспитательной работе в объединении.

Н (низкий)- ребёнок посещает занятия без интереса (возможно, по настоятельной просьбе родителей), довольно часто пропускает занятия без уважительной причины, не выполняет поручений педагога.

Интерес родителей к занятиям ребёнка в объединении

В (высокий)– существует устойчивый контакт с родителями (родители часто посещают занятия, интересуются успехами ребёнка, стараются оказать помощь ребёнку, существует телефонный контакт педагога и родителей, родители являются постоянными участниками внеучебной деятельности в объединении);

С (средний)– существует достаточный контакт с родителями (родители проявляют невысокий уровень собственного интереса к занятиям ребёнка, но хорошо идут на контакт по просьбе педагога, могут оказать посильную помощь занятиям ребёнка, педагогу, достаточно редко посещают занятия);

Н (низкий) – контакт с родителями совершенно отсутствует, за исключением начального этапа – записи ребёнка в объединение. Как правило, родители плохо идут на контакт, не отвечают на телефонные звонки.

Уровень коммуникативной культуры ребёнка

В (высокий) – ребёнок легко идет на контакт с педагогом и сверстниками, адекватно реагирует на конструктивную критику педагога и сверстников, с удовольствием принимает участие во внеучебной деятельности, общение педагога с ребёнком зачастую выходит за рамки учебных занятий, ребенок открыт, спокоен перед педагогом.

С (средний) – ребёнок идет на контакт с педагогом, но не со всеми сверстниками общается свободно, терпит критику педагога, но не всегда – критику сверстников, с удовольствием принимает участие во внеучебной деятельности, общение с педагогом, как правило, не выходит за рамки учебной деятельности

Н (низкий) – ребенок сложно идет на контакт с другими членами объединения, большую часть времени на занятии молчит, проявляет низкую активность, болезненно реагирует на конструктивную критику педагога и сверстников, избегает внеучебного общения с другими ребятами, общение с педагогом ограничено.

Таблица 1. Диагностика освоения программного содержания

	Критерии оценки				
	Высокий 4 балла	Выше среднего 3 балла	Средний 2 балла	Ниже среднего 1 балла	Низкий 0 балл
Поднятие грузика (сек)	Корпус держит прямо. Использует обе руки, выполняет на одной скорости, без остановки и удерживает на уровне груди	Корпус не стабилен. Использует обе руки, выполняет примерно в одном ритме, руки слегка колеблются.	Корпус не стабилен (прогиб в поясничном отделе), руки слегка согнуты в локте	Использует обе руки , но руки колеблются вверх-вниз	Не может сделать
Поднятие и удержание прямых (согнутых) ног, лежа на спине	Может поднять ноги, руки вдоль тела. Ноги слегка согнуты. Голова лежит ровно. Дыхание должно быть ровное, произвольное, без задержки. Может удержать ноги на какое-то время	Может поднять ноги, руки вдоль тела. Ноги слегка согнуты. Голова сильно запрокидывается назад. Фиксирует положение и медленно опускает ноги на пол	Поднял ноги рывком, но опирался на руки и затылок. Ноги упали, не смог спокойно положить	Приподнял ноги от пола и сразу уронил	Не смог оторвать ноги от пола
Сгибание и разгибание рук в упоре, лежа на полу (колених)	Кисти в упоре на ширине плеч, туловище прямое, носки касаются пола, разгибает руки до положения упора на руках и носках (колени не касаются пола), затем сгибает руки (до 90 градусов)	Кисти в упоре на ширине плеч, туловище прямое, носки касаются пола, разгибает руки до положения упора на руках и носках (колени не касаются пола), затем сгибает руки (чуть меньше 90 градусов)	Кисти в упоре шире ширины плеч, туловище слегка прогнуто, носки касаются пола, разгибает руки до положения упора на руках и носках (колени не касаются пола), затем сгибает руки (меньше 90 градусов)	Кисти в упоре широко, туловище прогнуто, носки скользят назад, разгибает руки до положения упора на руках и носках (колени не касаются пола), затем сгибает руки (значительно меньше 90 градусов)	Не может сделать
Ловля мяча двумя руками (из 10 раз)	Поймал 8-10 раз	Поймал 6-7 раз	Поймал 4-5 раз	Поймал 2-3 раза	Поймал 0-1 раз
Метание мяча на дальность, с места	При замахе бросающая рука переносится вверх-назад, затем направляется вперед и кистью выбрасывается мяч на дальность	При замахе бросающая рука переносится вверх-назад, затем направляется вперед-вниз и кистью выбрасывается мяч на дальность	При замахе бросающая рука переносится вверх-в сторону, затем направляется вперед-вниз и кистью выбрасывается мяч на дальность	При замахе бросающая рука отводится в сторону, затем направляется вперед-вниз, кисть не участвует в броске	Не может сделать
«Ласточка», лежа на животе (сек)	91-120	61-90	31-59	16-30	0-15

	Критерии оценки				
	Высокий 4 балла	Выше среднего 3 балла	Средний 2 балла	Ниже среднего 1 балла	Низкий 0 балл
Подъем туловища из положения, лежа на спине (количество раз за 30 сек)^{*8}	Участник поднимается до положения сидя (вертикально), касается локтями коленей (или бедер) и возвращается в исходное положение	Участник поднимается до положения сидя (вертикально), касается локтями коленей (или бедер) и возвращается в исходное положение	Участник поднимается до положения сидя (вертикально), касается локтями коленей (или бедер) и возвращается в исходное положение	Участник поднимается до положения сидя (вертикально), касается локтями коленей (или бедер) и возвращается в исходное положение	Участник не касается локтями (коленей) или лопатками гимнастического мата
Колечко (сек)	После каждого касание большого пальца с очередным пальцем возвращение в исходное положение ладонь раскрыта, пальцы прямые	После каждого касание большого пальца с очередным пальцем возвращение в исходное положение ладонь раскрыта, пальцы слегка согнутые	Ладонь супинируется, пальцы сгибаются	Ладонь супинируется, пальцы сгибаются. Большой палец не может встретиться с 4-5 пальцами	Не может сделать
Пирамида (сек)	Выполняется пораженной рукой самостоятельно	Выполняется пораженной рукой самостоятельно. Допускается незначительная помощь здоровой рукой	Выполняется пораженной рукой самостоятельно. Затрудняется положить кольцо на кольцо без помощи	Кольцо часто выпадывает из руки	Не может сделать
Шведская стенка (фактическое выполнение)	Поднимается и спускается уверенно. Шагает одной ногой на перекладину. Ноги переставляет поочередно	Поднимается и спускается уверенно. Шагает приставным шагом. Перенапряжены руки	Неуверенный. Шагает приставным шагом. Прижимается грудью к перекладинам	Поднимается на 5 перекладин. Неуверенный. Шагает приставным шагом. Прижимается грудью к перекладинам	Не может сделать
Приседание (количество раз за 30 сек)[*]	Стоя у опоры, испытуемый приседает. Приседания должны выполняться на всей стопе	Стоя у опоры, испытуемый приседает. Приседания выполняются на всей стопе. Руки перенапряжены. Таз отклонен назад	Приседания выполняются не на всей стопе. Руки перенапряжены. Таз отклонен назад. Туловище наклонено вперед	Приседания выполняются на носках. Руки сильно перенапряжены. Таз отклонен назад. Туловище наклонено вперед	Не может сделать

⁸ При оценке ориентируемся на нормативы ГТО для лиц с церебральным параличом по возрасту.

Раздел 3. РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ВОСПИТАНИЯ

Цель воспитания в рамках данной программы – личностное развитие обучающихся 5 – 18 лет. Данная цель ориентирует педагогов МБУДО «ЦВР «Пашинский» не на обеспечение соответствия личности ребенка единому уровню воспитанности, а на обеспечение позитивной динамики развития его личности. Важное значение отводится сочетанию усилий педагога по развитию личности ребенка и усилий самого ребенка по своему саморазвитию. Их сотрудничество, партнерские отношения являются приоритетом в воспитательной деятельности и важным фактором успеха в достижении целей воспитания.

Обучающиеся дошкольного возраста от 5 до 7 лет

Цель воспитания для детей дошкольного возраста от 5-7 лет – воспитание эмоционально благополучного, разносторонне развитого, счастливого ребенка.

Задачи воспитания:

- обеспечить физическое здоровье;
- обеспечить эмоциональное благополучие;
- обеспечить интеллектуальное развитие;
- обеспечить волевое развитие каждого обучающегося дошкольного возраста.

Направления, формы, виды воспитания:

Воспитательная работа с обучающимися по данной дополнительной общеобразовательной программе организуется в рамках учебного процесса, в ходе учебных занятий в форме бесед, во время диалогов, выполнения проблемных заданий, обсуждения ситуаций, возникающих во время общения детей друг с другом, с педагогом. Также воспитательная работа организуется в рамках воспитательных тематических мероприятий согласно «Плану воспитательной работы МБУДО «ЦВР «Пашинский» на учебный год».

Ожидаемые результаты воспитания:

Будет внесён вклад в воспитание эмоционально благополучного, разносторонне развитого, счастливого ребенка, знающего правила ведения здорового образа жизни, соблюдающий элементарные общепринятые нормы и правила поведения.

Календарный план воспитательной работы

№ п/п	Год (года) обучения либо возраст обучающихся	Форма, название мероприятия	Месяц (или дата) проведения	Модуль воспитательной работы
1.	1 год обучения	Родительское собрание «Организация учебно-воспитательного процесса в учебном году»	Сентябрь	МОДУЛЬ «Работа с родителями»
2.	1-2 год обучения	Открытый урок для родителей	Сентябрь	МОДУЛЬ «Работа с родителями» МОДУЛЬ «Педагогическое руководство объединением»
3.	1-2 год обучения	Индивидуальные беседы с детьми	В течении года	МОДУЛЬ «Учебное занятие в объединении»
4.	1-2 год обучения	Индивидуальные беседы с родителями	В течении года	МОДУЛЬ «Работа с родителями»
5.	1-2 год обучения	Новогодняя елка	Декабрь	МОДУЛЬ «Педагогическое

				руководство объединением»
6.	1-2 год обучения	Родительское собрание «Подведение итогов года. Перспективы на следующий учебный год»	Сентябрь	МОДУЛЬ «Работа с родителями»

Обучающиеся школьного возраста от 7 до 11 лет (младшие школьники)

Цель воспитания для детей школьного возраста от 7-11 лет – создание благоприятных условий для усвоения школьниками социально значимых знаний – знаний основных норм и традиций того общества, в котором они живут.

Задачи воспитания:

- учить быть трудолюбивым, следуя принципу «делу – время, потехе – час» как в учебных занятиях, так и в домашних делах, доводить начатое дело до конца;
- учить беречь и охранять природу (ухаживать за комнатными растениями в учебном помещении или дома, заботиться о своих домашних питомцах и, по возможности, о бездомных животных в своем дворе; подкармливать птиц в морозные зимы; не засорять бытовым мусором улицы, леса, водоёмы);
- учить проявлять миролюбие – не затевать конфликтов и стремиться решать спорные вопросы, не прибегая к силе;
- поощрять и мотивировать стремление узнавать что-то новое, проявлять любознательность, ценить знания;
- учить быть вежливым и опрятным, скромным и приветливым;
- учить соблюдать правила личной гигиены, режим дня, вести здоровый образ жизни;
- воспитывать умение сопереживать, проявлять сострадание к попавшим в беду; стремиться устанавливать хорошие отношения с другими людьми; уметь прощать обиды, защищать слабых, по мере возможности помогать нуждающимся в этом людям; уважительно относиться к людям иной национальной или религиозной принадлежности, иного имущественного положения, людям с ограниченными возможностями здоровья;
- поощрять стремление ребёнка быть уверенным в себе, открытым и общительным, не стесняться быть в чём-то непохожим на других ребят; уметь ставить перед собой цели и проявлять инициативу, отстаивать своё мнение и действовать самостоятельно, без помощи старших.

Направления, формы, виды воспитания:

Воспитательная работа с обучающимися по данной дополнительной общеобразовательной программе организуется в рамках учебного процесса, в ходе учебных занятий в форме бесед, во время диалогов, выполнения проблемных заданий, обсуждения ситуаций, возникающих во время общения детей друг с другом, с педагогом. Также воспитательная работа организуется в рамках воспитательных тематических мероприятий согласно «Плану воспитательной работы МБУДО «ЦВР «Пашинский» на учебный год».

Ожидаемые результаты воспитания:

Будет созданы благоприятные условия для усвоения школьниками 7-11 лет социально значимых знаний – знаний основных норм и традиций того общества, в котором они живут. Знание младшим школьником социальных норм и традиций, понимание важности следования им имеет особое значение для ребенка этого возраста, поскольку облегчает его вхождение в широкий социальный мир, в открывающуюся ему систему общественных отношений

Календарный план воспитательной работы

№ п/п	Год (года) обучения либо возраст обучающихся	Форма, название мероприятия	Месяц (или дата) проведения	Модуль воспитательной работы
1.	7-11 лет	День открытых дверей	Сентябрь	МОДУЛЬ «Работа с родителями»
2.	7-11 лет	Родительское собрание «Организация и улучшение учебно-воспитательного процесса в учебном году»	Сентябрь	МОДУЛЬ «Работа с родителями»
3.	7-11 лет	Индивидуальные беседы с детьми	В течении всего года	МОДУЛЬ «Учебное занятие в объединении»
4.	7-11 лет	Индивидуальные беседы с родителями	В течении всего года	МОДУЛЬ «Работа с родителями»
5.	7-11 лет	Участие в шествии «Бессмертный полк»	Май	МОДУЛЬ «Ключевые дела»
6.	7-11 лет	Родительское собрание «Подведение итогов учебного года»	Май	МОДУЛЬ «Работа с родителями»

Обучающиеся подросткового возраста от 12 до 15 лет

Цель воспитания для детей школьного возраста от 12 – 15 лет – создание благоприятных условий для развития социально значимых отношений подростков, и, прежде всего, ценностных отношений.

Задачи воспитания:

Воспитывать уважение, ценностное отношение:

- к семье как главной опоре в жизни человека и источнику его счастья;
- к труду как основному способу достижения жизненного благополучия человека, залогом его успешного профессионального самоопределения и ощущения уверенности в завтрашнем дне;
- к своему Отечеству, своей малой и большой Родине как месту, в котором человек вырос и познал первые радости и неудачи, которая завещана ему предками и которую нужно оберегать;
- к миру как главному принципу человеческого общежития, условию крепкой дружбы, налаживания отношений с коллегами по работе в будущем и создания благоприятного микроклимата в своей собственной семье;
- к знаниям как интеллектуальному ресурсу, обеспечивающему будущее человека, как результату кропотливого, но увлекательного учебного труда;

- к здоровью как залогом долгой и активной жизни человека, его хорошего настроения и оптимистичного взгляда на мир;
- к окружающим людям как безусловной и абсолютной ценности, как равноправным социальным партнерам, с которыми необходимо выстраивать доброжелательные и взаимоподдерживающие отношения, дающие человеку радость общения и позволяющие избегать чувства одиночества;
- к самим себе как хозяевам своей судьбы, самоопределяющимся и самореализующимся личностям, отвечающим за свое собственное будущее.

Направления, формы, виды воспитания:

Воспитательная работа с обучающимися по данной дополнительной общеобразовательной программе организуется в рамках учебного процесса, в ходе учебных занятий в форме бесед, во время диалогов, выполнения проблемных заданий, обсуждения ситуаций, возникающих во время общения детей друг с другом, с педагогом. Также воспитательная работа организуется в рамках воспитательных тематических мероприятий согласно «Плану воспитательной работы МБУДО «ЦВР «Пашинский» на учебный год».

Ожидаемые результаты воспитания:

Будет внесён вклад в воспитание стремления подростка утвердить себя как личность в системе отношений, свойственных взрослому миру. Созданы такие педагогические условия, в ходе которых особую значимость для подростков приобретёт становление их собственной жизненной позиции, собственных ценностных ориентаций.

Календарный план воспитательной работы

№ п/п	Год (года) обучения либо возраст обучающихся	Форма, название мероприятия	Месяц (или дата) проведения	Модуль воспитательной работы
1.	12-15 лет	Родительское собрание «Организационные вопросы по учебно-тренировочному процессу в учебном году»	Сентябрь	МОДУЛЬ «Работа с родителями»
2.	12-15 лет	Индивидуальные беседы с детьми	В течении всего года	МОДУЛЬ «Учебное занятие в объединении»
3.	12-15 лет	Индивидуальные беседы с родителями	В течении всего года	МОДУЛЬ «Работа с родителями»
4.	12-15 лет	Веселые старты «Ура, каникулы!»	Ноябрь	МОДУЛЬ «Учебное занятие в объединении» МОДУЛЬ «Каникулы»
5.	12-15 лет	Новогоднее мероприятие	Декабрь	МОДУЛЬ «Учебное занятие в объединении» МОДУЛЬ «Каникулы»
6.	12-15 лет	Профильный день «Здоровый образ жизни- что это?»	Март	МОДУЛЬ «Учебное занятие в объединении»

№ п/п	Год (года) обучения либо возраст обучающихся	Форма, название мероприятия	Месяц (или дата) проведения	Модуль воспитательной работы
				МОДУЛЬ «Каникулы»
7.	12-15 лет	Спортивный праздник «Будь готов» по программе ГТО	Апрель	МОДУЛЬ «Учебное занятие в объединении» МОДУЛЬ «Педагогическое руководство объединением»
8.	12-15 лет	Участие в шествии «Бессмертный полк»	Май	МОДУЛЬ «Ключевые дела»
11	12-15 лет	Подведение итогов. Веселые конкурсы, викторина	Май	МОДУЛЬ «Учебное занятие в объединении»
12	12-15 лет	Родительское собрание «Подведение итогов за год»	Май	МОДУЛЬ «Работа с родителями»

3.4. Обучающиеся юношеского возраста от 16 до 18 лет

Цель воспитания для детей школьного возраста от 16-18 лет – создание благоприятных условий для приобретения школьниками опыта осуществления социально значимых дел.

Задачи воспитания: создать педагогические условия воспитания в ходе которых обучающийся 16-18 лет сможет получить:

- опыт дел, направленных на заботу о своей семье, родных и близких;
- опыт разрешения возникающих конфликтных ситуаций во время занятий, дома или на улице;
- опыт самостоятельного приобретения новых знаний, проведения научных исследований, опыт проектной деятельности;
- опыт ведения здорового образа жизни и заботы о здоровье других людей;
- опыт самопознания и самоанализа, опыт социально приемлемого самовыражения и самореализации.

Направления, формы, виды воспитания:

Воспитательная работа с обучающимися организуется в рамках учебного процесса, в ходе учебных занятий в форме бесед, во время диалогов, выполнения проблемных заданий, обсуждения ситуаций, возникающих во время общения детей друг с другом, с педагогом, при выполнении проектных, поисковых, исследовательских заданий. Также воспитательная работа организуется в рамках воспитательных тематических мероприятий согласно «Плану воспитательной работы МБУДО «ЦВР «Пашинский» на учебный год».

Ожидаемые результаты воспитания:

Будет внесён вклад в формирование у школьников старшего возраста потребности в жизненном самоопределении, в выборе дальнейшего жизненного пути, который открывается перед ними на пороге самостоятельной взрослой жизни. В ходе занятий по программе обучающимся будет дана возможность получить реальный

социальнозначимый практический опыт, который будет способствовать гармоничному вхождению ребят во взрослую жизнь окружающего их общества.

Календарный план воспитательной работы

№ п/п	Год (года) обучения либо возраст обучающихся	Форма, название мероприятия	Месяц (или дата) проведения	Модуль воспитательной работы
1.	16-18 лет	Родительское собрание «Организационные вопросы по учебно-тренировочному процессу в учебном году»	Сентябрь	МОДУЛЬ «Работа с родителями»
2.	16-18 лет	Индивидуальные беседы с детьми	В течении всего года	МОДУЛЬ «Учебное занятие в объединении»
3.	16-18 лет	Индивидуальные беседы с родителями	В течении всего года	МОДУЛЬ «Работа с родителями»
4.	16-18 лет	Веселые старты «Ура, каникулы!»	Ноябрь	МОДУЛЬ «Учебное занятие в объединении» МОДУЛЬ «Каникулы»
5.	16-18 лет	Новогоднее мероприятие	Декабрь	МОДУЛЬ «Учебное занятие в объединении» МОДУЛЬ «Каникулы»
6.	16-18 лет	Профильный день «Здоровый образ жизни- что это?»	Март	МОДУЛЬ «Учебное занятие в объединении» МОДУЛЬ «Каникулы»
7.	16-18 лет	Спортивный праздник «Будь готов» по программе ГТО	Апрель	МОДУЛЬ «Учебное занятие в объединении» МОДУЛЬ «Педагогическое руководство объединением»
8.	16-18 лет	Участие в шествии «Бессмертный полк»	Май	МОДУЛЬ «Ключевые дела»
11	16-18 лет	Подведение итогов. Веселые конкурсы, викторина	Май	МОДУЛЬ «Учебное занятие в объединении»
12	16-18 лет	Родительское собрание «Подведение итогов за год»	Май	МОДУЛЬ «Работа с родителями»

Раздел 4. МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

Классификация нарушений при ДЦП

Существует несколько форм ДЦП. В зависимости от повреждения определенных систем мозга возникают различные двигательные нарушения. В нашей стране пользуются классификацией К.А. Семеновой (1978); выделяются следующие формы:

- спастическая диплегия;
- двойная гемиплегия;
- гиперкинетическая форма;
- гемипаретическая форма;
- атонически – астатическая форма.

Нарушения, определяющиеся в первую очередь выраженным повышением мышечного тонуса (спастичностью) в сочетании со слабостью мышц (паретичностью). Это приводит к затруднению или невозможности произвольных движений. Повышение тонуса – бедра у ребенка плотно приведены, голени часто скрещены. Повышение тонуса в мышцах – сгибателях голени определяет сгибательную установку ног в коленных суставах; в сгибателях предплечья и кисти – сгибание рук в локтевых и лучезапястных суставах, сжимание пальцев в кулак с частым приведением большого пальца руки к ладони.

Спастическая диплегия – самая распространенная форма ДЦП. Обычно это тетрапарез, но ноги поражаются больше, чем руки. Прогностически благоприятная форма в плане преодоления речевых и психических нарушений и менее благоприятная в двигательном отношении. 20 % детей передвигаются самостоятельно, 50% - с помощью, но могут себя обслуживать, писать, манипулировать руками.

Двойная гемиплегия - тяжелое поражение всех четырех конечностей, причем руки поражаются в такой же степени, как и ноги, а иногда и сильнее.

Гиперкинетическая форма – связана с поражением подкорковых отделов мозга. Двигательные нарушения проявляются в виде гиперкинезов (насильственных движений), которые возникают непроизвольно, усиливаясь от волнения и утомления. Произвольные движения размашистые, дискоординированные, нарушен навык письма, речь. Прогноз зависит от характера и интенсивности гиперкинезов.

Гемипаретическая форма – поражаются руки и ноги с одной стороны. Связано это с поражением полушария мозга (при правостороннем гемипарезе нарушается функция левого полушария, при левостороннем — правого). Прогноз двигательного развития при адекватном лечении благоприятный. Дети ходят сами, обучаемость зависит от психических и речевых нарушений.

При **атонически-астатической** форме ДЦП двигательные нарушения определяются недостаточностью координации движений, несформированностью реакций равновесия, наличием низкого тонуса во всех группах мышц, недоразвитием выпрямительных рефлексов (ребенок ходит на широко расставленных ногах, пошатываясь, при попытке захвата предмета движения не точные, плохо координированные).

Нарушения могут быть врожденными или приобретенными, временными, прогрессирующими или не прогрессирующими, они могут быть связаны с травмой, но

так или иначе они влияют на деятельность (активность) человека, на его способность быть независимым в повседневной жизни.

Установление контакта и подбор методики обучения

На первых занятиях педагогом дополнительного образования осуществляется диагностика с целью разработки адаптированной программы для обучающегося с ОВЗ и/или инвалидностью. Диагностика осуществляется в процессе беседы с родителями/законными представителями ребенка и с самим ребенком. Педагог дополнительного образования, методом наблюдения, выявляет следующих позиций:

1) особенности коммуникации – контактность ребенка – как быстро вступает в контакт средства коммуникации – как воспринимает и понимает обращенную речь, может ли сам пользоваться устной речью;

2) особенности поведения – какое состояние наиболее характерно для ребенка (возбужден, заторможен, агрессивен, спокоен, активен, пассивен), требуется ли сопровождение ребенка, как быстро утомляется (способен действовать в течение всего занятия, требует переключения на разные виды деятельности, требует перерыв после непродолжительного времени, требует постоянного контроля утомляемости и включения перерывов при необходимости);

3) обучаемость – какие виды помощи необходимы на занятии (эмоционально-поддерживающая, контроль поведения, организационная – детальное предоставление задания и этапность его выполнения, контролирующая – контроль за выполнением каждой части задания на каждом этапе);

4) особенности деятельности – мотивация, регуляция, целеполагание, продуктивность.

Все результаты заносятся в заранее подготовленную таблицу/характеристику ребенка.

На основе анализа диагностики строится период адаптации ребенка на занятиях. В этот период входит:

1) знакомство ребенка с помещением, где будут проводиться занятия;

2) знакомство родителей с результатами диагностики, АДОП, целями занятий и ожидаемыми результатами;

3) знакомство ребенка с правилами безопасности и поведения на занятии, а также со структурой занятия.

Методические рекомендации

при работе с семьями детей, имеющих двигательные нарушения

При выборе стратегии обучения, определяющим является возраст ребенка и возрастные задачи, которые он решает. Любой возраст ребенка с двигательными нарушениями имеет свои собственные первоочередные проблемы, причем они есть как у самого ребенка, так и у его родителей.

Возраст ребенка		Проблема	Направления воздействия
2–6 лет	Ребенок	Увеличение разрыва между освоением двигательных	Развернутая программа физической терапии (индивидуальные и групповые)

Возраст ребенка		Проблема	Направления воздействия
		<p>навыков и возрастной нормой, появление асимметрии в позе, а также возможных причин для возникновения вторичных осложнений (контрактур, деформаций).</p>	<p>занятия), направленная на формирование новых двигательных навыков и их использование в повседневной жизни. Тренировка отдельных компонентов движения (силы мышц, равновесия, выносливости). Поддержание мотивации ребенка и уровня его физической активности. Разработка и выполнение программы профилактики вторичных осложнений. Обучение использованию технических средств реабилитации, и средств адаптации среды.</p>
	Родитель	<p>Нарастание тревоги, связанной с отставанием ребенка и неуверенностью в успешности реабилитации. Поиск новых эффективных методов лечения и реабилитации. Недостаток знаний и навыков функциональной реабилитации у нянь и сотрудников детских садов.</p>	<p>Обсуждение всех новых методов реабилитации, профессиональное суждение об их эффективности. Объяснение особенностей и закономерностей развития двигательных навыков у детей с двигательными нарушениями. Подбор упражнений и приемов обучения движениям. Обучение приемам правильного и безопасного перемещения. Помощь в поиске, изготовлении и приобретении специального оборудования. Обучение использованию приспособлений и технических средств реабилитации. Помощь в подборе игрушек, развивающих пособий и адаптации среды.</p>
6–10 лет	Ребенок	<p>Трудности с передвижением, перемещением дома и вне дома. Невозможность взаимодействовать со сверстниками на равных, нарастание ограничений участия в жизни общества. Быстрый рост и, как следствие, ухудшение позы и развитие вторичных осложнений. Рост потребности в использовании технических средств реабилитации и адаптации окружающей среды.</p>	<p>Составление минимально необходимой программы физической терапии (индивидуальные и групповые занятия, возможны курсовые программы, программы в летних лагерях и др.), направленной на формирование новых двигательных навыков и их использование в повседневной жизни. Тренировка отдельных компонентов движения (силы мышц, равновесия, выносливости). Интеграция реабилитации в школьную среду. Поддержание мотивации ребенка и уровня его физической активности. Выполнение программы профилактики вторичных осложнений.</p>
	Родитель	<p>Смещение приоритетов семьи с реабилитации на обучение. Нехватка времени для выполнения рекомендаций. Недостаток ресурсов помощи и накопление усталости у родителей. Недостаток знаний и навыков функциональной</p>	<p>Пересмотр целей и приоритетов помощи ребенку (вместе с родителями). Составление минимально необходимой программы помощи. Обучение приемам правильного и безопасного перемещения. Помощь в поиске, изготовлении и приобретении специального оборудования.</p>

Возраст ребенка		Проблема	Направления воздействия
		реабилитации у сотрудников школы.	Обучение использованию необходимых приспособлений и технических средств реабилитации.
10–18 лет	Ребенок	Ухудшение способности поддерживать вертикальную позу. Утомляемость, ослабление концентрации внимания. Нарастание вторичных осложнений. Снижение физической активности и отказ от выполнения обычных упражнений. Переживание собственной неполноценности. Психологические проблемы вплоть до длительных депрессивных состояний	Групповые занятия с подростками, индивидуальные консультации. Обучение подростка правильному выполнению необходимого минимума упражнений. Основной акцент – на поиск новых видов физической активности, поддержание уровня активности и профилактику вторичных осложнений. Психологическая поддержка.
	Родитель	Усугубление трудностей с перемещением и повседневной активностью, связанных с увеличением веса и роста ребенка. Проблемы взаимодействия с ребенком. Невозможность заставить ребенка выполнять упражнения дома. Неготовность к взрослению ребенка и нарастанию проблем. Неготовность специалистов изменять подходы к занятиям.	Психологическая поддержка родителей. Поиск новых видов физической активности и мотивации подростка. Обучение приемам правильного и безопасного перемещения. Помощь в поиске, изготовлении и приобретении специального оборудования и адаптации домашней среды.

При стимуляции двигательных функций надо обязательно учитывать возраст ребенка, уровень его интеллектуального развития, его интересы, особенности поведения. Большинство упражнений лучше всего предлагать в виде увлекательных для ребенка игр, побуждая его к подсознательному выполнению желаемых активных движений.

Рекомендации для родителей

Важной задачей физического воспитания при ДЦП является укрепление общего здоровья ребенка. Наибольшее значение в этом имеет соблюдение режима, нормализация жизненно важных функций организма — питания и сна, закаливание, способствующее повышению устойчивости к простудным заболеваниям и нормализации в работе различных органов и систем организма. Без этого организм ребенка зачастую оказывается не готов к физической нагрузке в процессе выполнения специальных упражнений по развитию движений.

У детей с церебральным параличом, особенно в младенческом и раннем возрасте, отмечается патологическое состояние кистей рук, недостаточность или отсутствие зрительно-моторной координации, хватания и манипулятивной деятельности. В

большинстве случаев кисти рук сжаты в кулаки, приведен к ладони большой палец. Ослаблена функция разгибания и разведения пальцев кисти, а также их противопоставления большому пальцу. Почти у всех детей даже в более позднем — дошкольном и школьном возрасте нарушены тонкие дифференцированные движения пальцев, что мешает формированию навыков самообслуживания, изобразительной деятельности, письма.

При обучении преодолению усиленных позотонических реакций используются позы, направленные на формирование навыка регуляции расположения частей тела по отношению к голове в разных исходных положениях: лежа на спине, лежа на животе, сидя, стоя на четвереньках и т. д.

Обращается внимание на расслабление отдельных мышечных групп с наиболее выраженным повышением тонуса. Работа по нормализации тонуса и по нормализации движений в суставах конечностей идет одновременно, что очень важно для профилактики контрактур и деформаций суставов.

Улучшение функции равновесия достигается путем специальных упражнений при преодолении противодействия, упражнений на качающейся плоскости, на уменьшенной площади опоры, на приподнятой опоре, при прыжках на батуте.

Оценка эффективности производится по объективным и субъективным критериям:

- клиническим признакам улучшения здоровья (улучшение настроения, самочувствия, повышение эмоционального тонуса);
- происходит нормализация осанки, коррекция движений;
- увеличение показателей роста стоя и сидя;
- увеличение показателей жизненной емкости легких (спирометрия);
- увеличение объема движений в конечностях (гониометрия);
- увеличение мышечной силы (динамометрия);
- появление и развитие ранее отсутствующих движений;
- приобретение новых навыков самообслуживания.

Особое внимание в занятиях уделяйте тем двигательным навыкам, которые больше всего необходимы в жизни, и прежде всего обеспечивающим ребенку ходьбу, предметно-практическую деятельность и самообслуживание. Тренируемые навыки и умения целесообразно постоянно адаптировать к повседневной жизни ребенка. Для этого во время занятий и особенно дома нужно отрабатывать «функциональные ситуации» - раздевание, одевание, умывание, кормление.

И самое главное! Ребенок все по возможности должен выполнять сам! Необходимо поощрять проявление любой самостоятельной деятельности.

Особенности программы

Программа по физическому воспитанию для детей с ДЦП имеет свои особенности.

Теоретические сведения включают следующую информацию:

1. Вводное занятие Правила техники безопасности на занятиях, требование к спортивной форме, внешнему виду занимающихся, расписание занятий, оценка уровня

физической подготовки.

2. Особенности режима дня. На занятиях рассматриваются особенности режима дня для детей с ДЦП, даются рекомендации для каждого ребенка, с учетом его индивидуальных особенностей и имеющих физических недостатков (ортопедический режим, подбор индивидуальных расслабляющих поз).

3. Анатомия и физиология человека. Знания анатомии и физиологии человека на доступном уровне (строение скелета человека, основные группы мышц, функциональные системы организма и т.д.). Эти знания способствуют более осознанному выполнению упражнений, пониманию того, что с ним происходит во время физических нагрузок.

4. Контроль и самоконтроль. Самоконтроль по общей двигательной активности и самочувствию, ЧСС, частоте и глубине дыхания, по голосу и речи, по особенностям поведения.

В раздел **общеразвивающих упражнений** введены коррекционные упражнения для:

- коррекции позотонических реакций;
- расслабления мышц;
- формирования правильной осанки;
- опороспособности;
- формирования равновесия;
- развития пространственной ориентации и точности движений.

На занятиях с детьми с ДЦП применяются:

- упражнений для исправления порочного положения рук;
- упражнения для развития подвижности плечевого сустава и лопаток;
- упражнения для исправления порочного положения кисти и пальцев рук;
- комплекс упражнений для развития подвижности поясничного отдела позвоночника и формирования поясничного лордоза;
- упражнения, способствующие закреплению нормальной ходьбы, корректирующие походку;
- нагрузки на удержание равновесия, тренировка вестибулярного аппарата;
- упражнения на дыхание;
- упражнения для растягивания и расслабления мышц: снятие напряжения в мышцах, расширение диапазона движения.
- упражнения для развития чувствительности мышц и выработки силы, дающей возможность регулировать определенный участок мышцы;
- упражнения для улучшения функционального состояния нервной ткани посредством тренировки чувствительности нервов;
- упражнения на выносливость, для поддержания эффективности функционирования органов;
- упражнения на сопротивление: постепенно увеличивающееся трение.

Идеомоторные упражнения

Идеомоторными называются мысленно выполняемые упражнения. Они используются прежде всего при отсутствии активных сокращений мышц при параличах и явлениях парабиоза в форме посылки импульсов к выполнению выпавших движений. Происходящая при этом посылка импульсов обеспечивает активизацию деятельности соответствующих нервных клеток и может способствовать регенерации поврежденных периферических нервов, быстрейшему восстановлению нарушенной двигательной функции.

Идеомоторные упражнения могут быть использованы для сохранения условнорефлекторных связей, необходимых для выполнения соответствующих двигательных навыков. Чаще всего они применяются для больных с повреждениями и заболеваниями спинного мозга, для больных детским параличом и т.д.

Раздел 5. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Барашнев Ю.И. Болезни нервной системы новорожденных детей. М., 1971.
2. Болезни нервной системы. Руководство для врачей в двух томах. Том 2. Под редакцией Н.Н. Яхно, Д.Р. Штульмана, П.В. Мельничука. Издательство «Медицина», М.: 1995.
3. Бортфельд С.А. Двигательные нарушения и лечебная физкультура при детском церебральном параличе. «Медицина», 1971.
4. Васина В.В. Организация специальной психологической помощи детям с нарушениями функций опорно-двигательного аппарата. [Электронный ресурс]: методическое пособие – Электронные сетевые данные (1 файл:). – Казань: Издательство Казанского университета, 2021. – 118 с.
5. Власова Т. А. О детях с отклонениями в развитии [Текст] / Т. А. Власова, М. С. Певзнер. М., 2000. 103 с.
6. Гончарова М.Н., Гринина А.В., Мирзоева И.И. Реабилитация детей с заболеваниями и повреждениями опорно-двигательного аппарата. Л. «Медицина», 1974.
7. Гросс Н. А. Современные методики физической реабилитации детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата [Текст] / Н. А. Гросс. М., 2005. 235 с.
8. Гросс Н. А. Физическая реабилитация детей с нарушениями функций опорно-двигательного аппарата [Текст] / Н. А. Гросс. М., 2000. 224 с.
9. Гусев Е.И., Гречко В.Е., Бурд Г.С. Нервные болезни. Учебник. М.: Медицина, 1988.
10. Евсеев С. П. Комплексная профилактика заболеваний и реабилитация больных и инвалидов [Текст] / С. П. Евсеев. М., 2001. 320 с.
11. Евсеев С. П. Теория и организация адаптивной физической культуры [Текст] / С. П. Евсеев. М., 2005. 296 с.
12. Евсеева С. П. Физическая реабилитация инвалидов с поражением опорно-двигательной системы [Текст] / С. П. Евсеева, С. Ф. Курдыбайло. М., 2010. 488 с.
13. Ефименко Н.Н., Сермеев Б.В. Содержание и методика занятий физкультурой с детьми, страдающими церебральным параличом. М.: «Советский спорт», 1991.
14. Жуховицкий М.С., Айзиков Г.С., Трудотерапия в лечении детских церебральных параличей. В кн.: Проблемы восстановления при паралитических заболеваний.
15. Казанская Е.В. Использование метода фитболтерапии в реабилитации детей с различной патологией [Текст] / Е.В. Казанская, А. А. Потапчук, Е. Ю. Пикалева. СПб., 2001. 375 с.
16. Коняхина Г.П. Лечебная физкультура для детей с ограниченными возможностями здоровья: учебно-методическое пособие / Коняхина Г.П., Захарова Н.А. – Челябинск: Издательский центр «Уральская академия», 2019. – 81 с.
17. Левченко И.Ю. Технологии обучения и воспитания детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата [Текст] / И.Ю. Левченко, О. Г. Приходько М.: Издательский центр «Академия», 2001. 192 с.

18. Лубовский В.И. Специальная психология [Текст] / В. И. Лубовский, Т. В. Розанова, Л. И. Солнцева и др.; Под ред. В. И. Лубовский. М., 2003. 464 с.
19. Методические рекомендации по разработке и адаптации дополнительных общеобразовательных программ для детей с ограниченными возможностями здоровья и инвалидностью (по уровням освоения программы) / Г.А. Ястребова, Ю.С. Богачинская, Е.В. Кулакова.
20. Методические рекомендации по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей // Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации № ВК-641/09 от 26.03.2016.
21. Потанчук А.А. Адаптивная физическая культура в работе с детьми, имеющими нарушения опорно-двигательного аппарата (при заболевании детским церебральным параличом) [Текст] / А.А. Потанчук. СПб, 2003. 228 с.
22. Особенности физического воспитания детей с ограниченными возможностями здоровья [Электронный ресурс]: методические рекомендации для педагогов ДОУ / Г. Н. Лаврова, Л. П. Кудрявцева, Н. А. Тулупова. – Челябинск : ЧИППКРО, 2019. – 176 с. Режим доступа <https://ipk74.ru/upload/iblock/6f3/6f310ad202976586d521cd77b424c098.pdf>, свободный (дата обращения: 22.06.2022).
23. Особенности развития и воспитания детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата. Рекомендации для родителей. [Электронный ресурс] Минобр Кемеровской области, 2020. Режим доступа <https://kuzrc.ru/wp-content/uploads/2020/09/pamjatca-o-noda-2020.pdf>, свободный (дата обращения: 18.07.2022).
24. Реабилитация детей с ДЦП: обзор современных подходов в помощь реабилитационным центрам / Е.В. Семёнова, Е.В. Клочкова, А.Е. Коршикова-Морозова, А.В. Трухачёва, Е.Ю. Заблоцкис. – М.: Лепта Книга, 2018. – 584 с.
25. Сборник лучших практик дополнительного образования детей с ограниченными возможностями здоровья и инвалидностью.
26. Шапкова Л. В. Частные методики адаптивной физической культуры [Текст] / Л. В. Шапкова. М., 2007. 608 с.
27. Физическое развитие детей с диагнозом детский церебральный паралич (ДЦП) [Электронный ресурс]. – Режим доступа: [https:// Реферат: Физическое развитие детей с диагнозом детский церебральный паралич \(ДЦП\) \(med-books.by\)](https://Реферат: Физическое развитие детей с диагнозом детский церебральный паралич (ДЦП) (med-books.by)), свободный (дата обращения: 22.06.2022).

Литература для родителей

Популярные произведения про ДЦП

1. «Пусть шарик летит» С. Айвен.
2. «Наш особенный ребенок» И. Смирнова.
3. «Трава, пробившая асфальт» Тт. Черемнова.

4. «Дай мне шанс. История мальчика из дома ребенка» Л. Лагутски.
5. «Наджин. От войны к свободе в инвалидной коляске» Н. Мустафа.
6. «Детский Церебральный Паралич. История о том, как родительская любовь...» К. Киллили.

Фильмы про ДЦП

Художественные фильмы про ДЦП:

1. Моя левая нога (1998).
2. Дверь в дверь (2002).
3. А в душе я танцую (2004).
4. Ключи от дома (2004).
5. Временные трудности (2018).