

УДК 376.23+616-053.02
ББК 75.1:56.12
Р98

Рябова Е. В.

Р98 Адаптивная физическая культура. Комплексы упражнений для детей с ДЦП: Формы спастической диплегии и тетраплегии : практическое пособие для педагогов-дефектологов / Е. В. Рябова. – М. : Издательство ВЛАДОС, 2020. – 316 с.

ISBN 978-5-00136-109-1

В практическое пособие включены 4 реабилитационных курса занятий по адаптивной физической культуре (АФК) для детей с детским церебральным параличом (ДЦП). Каждый курс состоит из 18 занятий, учитывающих психофизические особенности каждого ребенка.

В первый, второй и третий курсы вошли 3 уровня занятий для обучающихся с НОДА (*Спастическая диплегия*). В четвертый курс – занятия для обучающихся с НОДА (*Спастическая тетраплегия*), 3-й уровень сформированности двигательных навыков.

Занятия соответствуют уровням сформированности двигательных навыков, что позволяет обеспечить устойчивый реабилитационный эффект у детей с ДЦП, формы спастической диплегии и тетраплегии.

Пособие предназначено для инструкторов АФК, педагогов и родителей, воспитывающих детей с ДЦП.

УДК 376.23+616-053.02
ББК 75.1:56.12

ISBN 978-5-00136-109-1

© Рябова Е. В., 2020
© ООО «Издательство ВЛАДОС», 2020
© Художественное оформление.
© ООО «Издательство ВЛАДОС», 2020
© Оригинал-макет.
ООО «Издательство ВЛАДОС», 2020

СОДЕРЖАНИЕ

Введение	5
--------------------	---

Часть I

Курс из 18 занятий по АФК для обучающегося с НОДА (Спастическая диплегия),

1-й уровень сформированности двигательных навыков

Занятие № 1	9
Занятие № 2	13
Занятие № 3	17
Занятие № 4	20
Занятие № 5	24
Занятие № 6	27
Занятие № 7	31
Занятие № 8	34
Занятие № 9	37
Занятие № 10	40
Занятие № 11	44
Занятие № 12	47
Занятие № 13	51
Занятие № 14	54
Занятие № 15	57
Занятие № 16	60
Занятие № 17	64
Занятие № 18	67

Часть II

Курс из 18 занятий по АФК для обучающегося с НОДА (Спастическая диплегия),

2-й уровень сформированности двигательных навыков

Занятие № 1	73
Занятие № 2	77
Занятие № 3	81
Занятие № 4	85
Занятие № 5	90
Занятие № 6	94
Занятие № 7	98
Занятие № 8	102
Занятие № 9	106
Занятие № 10	111
Занятие № 11	115
Занятие № 12	120
Занятие № 13	124
Занятие № 14	128
Занятие № 15	133
Занятие № 16	137
Занятие № 17	142
Занятие № 18	146

Часть III
Курс из 18 занятий по АФК для обучающегося с НОДА
(Спастическая диплегия),
3-й уровень сформированности двигательных навыков

Занятие № 1	152
Занятие № 2	156
Занятие № 3	160
Занятие № 4	165
Занятие № 5	169
Занятие № 6	173
Занятие № 7	178
Занятие № 8	182
Занятие № 9	187
Занятие № 10	191
Занятие № 11	195
Занятие № 12	200
Занятие № 13	204
Занятие № 14	209
Занятие № 15	213
Занятие № 16	218
Занятие № 17	222
Занятие № 18	227

Часть IV
Курс из 18 занятий по АФК для обучающегося с НОДА
(Спастическая тетраплегия),
3-й уровень сформированности двигательных навыков

Занятие № 1	233
Занятие № 2	237
Занятие № 3	242
Занятие № 4	246
Занятие № 5	251
Занятие № 6	256
Занятие № 7	261
Занятие № 8	265
Занятие № 9	270
Занятие № 10	274
Занятие № 11	279
Занятие № 12	284
Занятие № 13	288
Занятие № 14	293
Занятие № 15	298
Занятие № 16	303
Занятие № 17	307
Занятие № 18	312