



ЦЕНТЪР ЗА СПЕЦИАЛНА ОБРАЗОВАТЕЛНА ПОДКРЕПА- ГРАД ВЕЛИНГРАД
БУЛ. „СЪЕДИНЕНИЕ“ 256, email: draganmanchov@abv.bg, тел: 0359 5 30 35,
<http://csop-velingrad.org>



УТВЪРЖДАВАМ:.....
Директор Елена Канлиева

**ГОДИШНА ПРОГРАМА
ЗА ДОПЪЛНИТЕЛНА ПОДКРЕПА ЗА
ЛИЧНОСТНО РАЗВИТИЕ –
РЕХАБИЛИТАЦИЯ НА ФИЗИЧЕСКИТЕ
УВРЕЖДАНИЯ/ СЕНЗОРНОМОТОРНА
РЕХАБИЛИТАЦИЯ**

**ЗА УЧЕБНАТА 2020 - 2021 ГОДИНА
В ЦСОП – ВЕЛИНГРАД**



ЦЕНТЪР ЗА СПЕЦИАЛНА ОБРАЗОВАТЕЛНА ПОДКРЕПА- ГРАД ВЕЛИНГРАД

БУЛ. „СЪЕДИНЕНИЕ“ 256, email: draganmanchov@abv.bg, тел: 0359 5 30 35,

<http://csop-velingrad.org>

Рехабилитация на физическите увреждания / Кинезитерапия се провежда според индивидуалните нужди и възможности на ученика, групово или индивидуално по утвърден график в зависимост от Плана за подкрепа на ученика.

ОБЩО ПРЕДСТАВЯНЕ НА ПРОГРАМАТА:

Кинезитерапията се явява основно профилактично и лечебно средство при третирането на костни и нервно-мускулни заболявания, гръбначните изкривявания, вродени деформации на структурата на опорно-двигателна система и др. Тя може да се приложи в начален етап на изкривяването/деформацията/заболяването – за спиране хода на прогресия. В по-късен етап, наред с корсетно лечение, участва в задържане хода на прогресия. При фиксираните гръбначни изкривявания в млада и по-напреднала възраст, изгражда и поддържа добра мускулатура на тялото, облекчава наличие на болка и дискомфорт.

Кинезитерапевта изготвя индивидуална терапевтична програма, в зависимост от вида на увреждания, хода на прогресия, възрастта и разбира се моментното състояние.

Кинезитерапевтичната програма включва:

- Лечебна (изправителна) коригираща гимнастика, която включва специално подбрани и целенасочени упражнения за коригиране на стойката, подобряване силата, еластичността и издръжливостта на мускулатурата на тялото. Дихателни упражнения, в съчетание с движение на крайниците. Различни позиции и пози за изтегляне и подобряване подвижността на гръбначния стълб. Започва се с по-леки упражнения и съобразени изходни позиции. Постепенно се вдига натоварването. В процедурата се включват голяма топка, ластици, леки тежести, балансираща плоча за баланс и правилна стойка от стоене, и др.
- Лечебен масаж – при болки в гърба за релаксиране на напрегнатата мускулатура.
- Мобилизационни и мекотъкани стречинг техники – за подобряване подвижността на гръбначния стълб и релаксиране на напрегнатата мускулатура.

Кинезитерапевтичната програма се скицира на лист и може да се изпълнява и в домашна обстановка, но само след правилно заучаване на упражненията. Важно е постоянство и системност в заниманията за постигане на добри резултати и за задържането им. Необходимо е периодично посещение в кабинета по кинезитерапия за проследяване хода на състоянието, ефекта от процедурите и евентуална смяна на упражненията.

ЦЕЛ:

Запазване на неувредените функции на организма, и максимално подобряване и възстановяване на увредените функции и засегнати части, с оглед постигане на самостоятелност и независимост в ежедневието.

ЗАДАЧИ:

- ✓ Психоемоционална стабилизация на пациента, вдъхване на вяра от ползата на работата и привличането му за активно съдействие
- ✓ Възстановяване и поддържане в добро състояние на всички жизнени функции

НАЧИН НА РАБОТА:

- ✓ Индивидуални и групови занимания
- ✓ Даване на съвети и изготвяне на индивидуални комплекси с упражнения за провеждане в домашни условия

ОСНОВНИ СРЕДСТВА:



ЦЕНТЪР ЗА СПЕЦИАЛНА ОБРАЗОВАТЕЛНА ПОДКРЕПА- ГРАД ВЕЛИНГРАД
БУЛ. „СЪЕДИНЕНИЕ“ 256, email: draganmanchov@abv.bg, тел: 0359 5 30 35,

<http://csop-velingrad.org>

1. Използвани методики
 - ✓ PNF – методика
 - ✓ концепция „Мълиган“
2. Активни упражнения
 - ✓ без и срещу съпротивление със и на уреди
 - ✓ аналитична гимнастика
 - ✓ общоразвиващи упражнения
 - ✓ изправителни упражнения
3. Пасивни упражнения за увредените крайници и стави
4. Масаж
 - ✓ лечебен
 - ✓ класически
 - ✓ рефлекторно-сегментарен
5. Обучение в дейности от ежедневиия живот
6. Обучение в ходене и ползване на помощни средства
7. Адаптирани спортни игри.
8. Спорт - Бочче,, Игра с балони“, „Боулинг“ и „Крокет“
9. Туризъм

ДЕЙНОСТИ:

1. Запознаване с комплекта документи съпътстващи Заповедта на Директора и Учебния план на училището, Учебна програма за терапевтични дейности и Индивидуалния план за подкрепа на всеки ученик.
2. Първоначална среща и събеседване с родители и ученици
3. Определяне на рехабилитационния потенциал на ученика
4. Изготвяне на индивидуален план
5. Съгласуване работата с мед. сестра, трудотерапевта, арттерапевта и психолога на ЦСОП.
6. Изготвяне на график за работа
7. Процес на активна работа
8. Работа с близки и роднини
9. Оценка на постигнатите резултати и при необходимост актуализиране на плана
10. Отчет за дейността

Изготвил:

1. Ивора Огърманова
2. Драган Манчов