**Анализ**

**работы инструктора адаптивной и лечебной физкультуры**

**по реабилитации детей с нарушением опорно-двигательного аппарата**

**(за 3 года по состоянию на 01.04.2025г)**

Работа инструктора адаптивной и лечебной физкультуры с детьми, имеющими нарушения опорно-двигательного аппарата (НОДА), является важным элементом комплексной реабилитации, направленной на восстановление двигательных функций, улучшение физического и психоэмоционального состояния, а также на адаптацию детей к повседневной жизни.

Мамырбеков А. – работает инструктором адаптивной и лечебной физической культуры с декабря 2022 года. Имеет высшее педагогическое образование «Физическая культура», прошел курсы повышения квалификации по теме «Методы комплексной реабилитации двигательных нарушений у детей». (28.11.2022-08.12.2022). Занятия проводятся в специально оборудованном зале ЛФК, согласно приказа № 70 по минимальным нормам оснащения – зал оборудован 100%. Список детей для занятий определяется совместно с врачом-невропатологом Чиныбаевой А.Д (прилагается по годам).

**Список воспитанников посещающих занятие ЛФК за 2022-2025гг**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 2022-2023г | 2023-2024г | 2024-2025г |
| 48 | 29 | 19 |

**В своей работе Мамырбеков А. реализует следующие основные задачи:**

- Коррекция двигательных нарушений: программа лечебной физкультуры направлена на восстановление или улучшение двигательных навыков детей с нарушениями ОДА, таких как нарушения осанки, сколиоз, последствия травм и заболеваний суставов, а также врожденные патологии.

- Развитие общей физической подготовки: улучшение общей выносливости, гибкости и координации движений.

- Профилактика вторичных осложнений: помощь в предотвращении осложнений, таких как контрактуры, деформации суставов и мышцы, связанные с длительным ограничением подвижности.

- Психоэмоциональная поддержка и адаптация: создание благоприятной и поддерживающей атмосферы, что помогает детям развить уверенность в своих силах и социализироваться.

В работе с детьми Мамырбековым А. применяются различные методы в зависимости от состояния здоровья и физических возможностей ребенка. При этом им используются:

- ***Индивидуальный подход***. Каждому ребенку разрабатывается индивидуальная программа занятий, учитывающая степень нарушения ОДА, возрастные особенности и уровень физической подготовки. Занятия могут включать упражнения на растяжку, укрепление мышц, улучшение осанки, развитие координации и моторики.

- ***Использование вспомогательных средств***. В зависимости от состояния здоровья дети занимаются на специальных тренажерах, используют мячики, эспандеры, а также различные приспособления для улучшения равновесия и двигательных навыков.

- ***Модульные и игровые элементы***. Чтобы занятия были интересными для детей инструктор адаптивной физкультуры включает игровые элементы, что способствует мотивации и снижению уровня стресса, например, используются игровые тренировки, упражнения с мячами, полоса препятствий и другие элементы, которые делают занятия увлекательными и развивающими.

- ***Коррекция осанки и дыхательных упражнений***. Одним из ключевых аспектов является улучшение осанки, развитие правильной позы при сидении, стоянии и движении. Также важными являются дыхательные упражнения, которые улучшают оксигенацию тканей и способствуют улучшению общей физической выносливости.

Для комплексного подхода в реабилитации детей с нарушениями ОДА инструктор Мамырбеков А. работает в тесном взаимодействии с другими специалистами. Так, взаимодействие с медицинским персоналом и врачом- невропатологом помогает корректно адаптировать и подбирать лечебную физкультуру и мониторить динамику восстановления. Эти специалисты оказывают поддержку на этапе мониторинга и оценки состояния здоровья ребенка, а также помогают обеспечить соблюдение режима и рекомендаций по выполнению упражнений.

Совместная работа с педагогами и психологом помогает решать вопросы социальной адаптации детей и их психоэмоционального состояния.

Основные результаты работы инструктора Мамырбекова А. (представлены в диаграммах по годам):

1. Снижение болевого синдрома. Занятия способствуют уменьшению болей в суставах, мышцах и спине, а также помогают в восстановлении после травм (диаграмма №1).
2. Улучшение двигательных навыков. Многие дети с детским церебральным параличом достигли значительных улучшений в мобильности. Это ФИО детей (диаграмма №2).

1. Повышение самооценки. Дети, которые участвуют в занятиях, чувствуют себя более уверенно в физическом плане и значительно улучшают свое психоэмоциональное состояние (диаграмма №3).

Важно, что занятия ЛФК, в первую очередь, укрепляют здоровье и способствуют профилактике заболеваний. Учащиеся начальной школы и в целом, воспитанники становятся более физически активными, что помогает поддерживать общее состояние здоровья и снижать риски развития вторичных заболеваний.

Несмотря на успешность подхода, существуют и определенные трудности в виде психологических барьеров у детей. Некоторые учащиеся могут испытывать сложности с мотивацией или стеснением из-за своих физических недостатков, что иногда затрудняет процесс реабилитации.

В целом, проводимая работа инструктором адаптивной и лечебной физкультуры, является важным и неотъемлемым элементом комплексной реабилитации. Такой подход способствует улучшению физического и психоэмоционального состояния детей, помогает им социализироваться и снизить степень зависимости от окружающих. Тем не менее, для достижения наилучших результатов важно продолжать совершенствовать методы работы.

***Результаты занятий ЛФК.***

**Тілеубеков Темірлан** 05.04.2010 года рождения. Диагноз: ВПР. Гемигипертрофия правой половины тела. Состояние после операции - удлинение нижней конечности на 4,5см. Сколиоз.

После проведённых занятий лечебной физкультурой, отмечается уменьшение боли в нижних конечностях при ходьбе, уменьшение боли в спине, повышение мышечной силы, улучшение координации и подвижности.

**Жәнібеков Мағжан** 05.06.2009 года рождения. Диагноз: Спастический церебральный паралич, квадриплегия.

После проведенных занятий, отмечается улучшение мышечного тонуса нижних конечностей, повышение толерантности к физической нагрузке, улучшилось самочувствие и повысилась самооценка.

**Билыбаева Айханым** 22.04.2017 года рождения. Диагноз: Спастический церебральный паралич, диплегия.

После курсов массажа, ЛФК, физиопроцедур у ребёнка отмечается увеличение обьема движений в нижних конечностях, улучшение мышечного тонуса и силы, улучшилось координация.

**Ерғазы Жанерке** 20.09.2015 года рождения. Диагноз: ДЦП. Спастическая диплегия ср. ст. тяжести.

После проведенных индивидуальных занятий в зале с инструктором ЛФК, массажа и физиолечения, состояние девочки намного улучшилось. Отмечается улучшение походки, улучшение мелкой моторики, уменьшение спазма мышц левой верхней конечности.

***Вывод.***

Занятия адаптивной лечебной физкультурой играют ключевую роль в физической и психоэмоциональной реабилитации детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата. Анализ работы за последние три года подтверждает значительный положительный эффект: у детей наблюдается снижение болевого синдрома, улучшение координации, повышение мышечной силы и общей физической выносливости.

Кроме того, занятия ЛФК способствуют не только укреплению физического здоровья, но и положительно влияют на эмоциональное состояние детей, помогая им развить уверенность в себе и адаптироваться к повседневной жизни. Таким образом, лечебная физкультура остаётся важным и эффективным компонентом комплексной реабилитации детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата, обеспечивая им возможность для активного и полноценного развития.