ГОАОУ «ЦОРиО»

Согласовано	Принято	«Утверждаю»
на заседании МС	на педагогическом совете	Директор ГОАОУ «ЦОРиО»
Протокол №1 от 28.08.20	№1 от 31.08.2020	_____ И. И. Батищев
		Приказ № 195 от 31.08.2020

Рабочая программа
учебного курса, предмета, дисциплины (модуля)
по «Коррекция других недостатков при помощи массажа у учащихся»в 2а классе

2020-2021 учебный год

Составитель:
учитель массажа и ЛФК
высшей квалификационной категории
Костина Ольга Александровна

г. Липецк
2020 г.

Разработчик программы	Учитель массажа и ЛФК высшей категории Костина О.А
Правовое обеспечение	Учебный план начального уровня общего образован государственного областного автономного общеобразовательно учреждения « Центр образования, реабилитации и оздоровлени составлен в соответствии с нормативно-правовыми документами: - Конвенцией о правах ребёнка; - Конституцией Российской Федерации; - Законом РФ ФЗ №273 «Об образовании в Российск Федерации»; - Приказом МОиН РФ №373 от 06.10.2009 г. «Об утверждени введении в действие федерального государственно образовательного стандарта начального общего образования» - Федеральным государственным стандартом начального обще образования обучающихся с ограниченными возможностя здоровья, утверждённым приказом Министерства образован и науки Российской Федерации от 19.12.2014г. № 1598; - приказом МОиН РФ №1241 от 26.11.2010 г. «О внесен изменений в Федеральный государственный образовательн стандарт начального общего образования, утверждённ Приказом МОиН РФ от 06 октября 2009 года № 373; - приказом МОиН РФ №2357 от 22.09.2011 г. «О внесен изменений в Федеральный государственный образовательн стандарт начального общего образования, утверждённ Приказом МОиН РФ от 06 октября 2009 года № 373; - приказом МОиН РФ № 1060 от 18.12.2012 года «О внесен изменений в Федеральный государственный образовательн стандарт начального общего образования, утверждённ Приказом МОиН РФ от 06 октября 2009 года № 373; - приказом МОиН РФ №69 от 31.01.2012 “О внесении изменен в федеральный компонент государственных образовательн стандартов НОО, ООО, СПО, утверждённый приказ Министерства образования и науки РФ от 05.03.2004 №1089” - Приказом МОиН РФ от 29.12.2014 №1643 «О внесен изменений в приказ Министерства образования и нау Российской Федерации от 6 октября 2009 г. №373 « утверждении и введении в действие федерально государственного образовательного стандарта начально общего образования»; - Приказом МОиН РФ от 31.12.2015 № 1576 «О внесен изменений в федеральный государственный образовательн стандарт начального общего образования, утверждённ приказом Министерства образования и науки Российск Федерации от 6 октября 2009 г. №373»; - постановлением Главного государственного санитарного вра Российской Федерации от 10.07.2015 г. №26 «

	утверждении Сан ПиН 2.4.2.3286-15 «Санитарн эпидемиологические требования к условиям и организац обучения и воспитания в организациях, осуществляющ образовательную деятельность по адаптированным основны общеобразовательным программам для обучающихся ограниченными возможностями здоровья”; - информационным письмом Управления образования и нау Липецкой области от 04.03.2015 №275 об изменения внесённых в ФГОС НОО, ФГОС ООО.
Цели программы	- Коррекция других недостатков в физическом развитии у учащихся ГОАОУ «ЦОРиО»; - Создание целостного социально-значимого объединения детей; Коррекционно-развивающие занятия подготавливают учащих с нарушением зрения к освоению учебной програм соответствующего класса, развивают и совершенствуют сохранн функции зрительного анализатора, формируют умения и навы ориентировки в быту, в социуме, в окружающем пространст развивают коммуникативные навыки, корригируютнарушения физическом развитии, способствуют коррекции недостат развития. Сочетание этих занятий с основным образовательны процессом создает оптимальные условия для всестороннего развит учащихся со зрительной депривацией, обеспечивая при эт возможность эффективного усвоения программного материала. Коррекционная работа осуществляется в рамках целостно подхода к воспитанию и развитию ребенка. Исходным принцип для определения целей и задач коррекции, а также способов решения является принцип единства диагностики и коррекц развития. Главным является и создание условий, в максимальн степени, способствующих развитию ребенка.
Задачи	- Формирование устойчивого интереса и потребности в приобретени навыков ЗОЖ у учащихся; - Обеспечение повышения уровня образовательной деятельности бе ущерба для здоровья учащихся.
Методы и средства воспитания	- Сохранение психического и физического здоровья учащихся; - Погружение учащихся в ситуацию успеха; - Толерантность.
Приоритетные направления программы	- Коррекция физических недостатков учащихся по средствам масса с учетом зрительной депривации.
Ожидаемые результаты	- Улучшение физического состояния учащихся; - Улучшение суставно-связочного аппарата; - Регуляция сосудистого и мышечного тонуса; - Повышение тонуса симпатико-адреналовой и гипофизарно-надпочечниковой систем;

- Организация новых симпатических связей и др.;
- Развитие различных групп мышц.

Источник финансирования — Текущее бюджетное финансирование

Пояснительная записка

Массаж - это научно обоснованный лечебный метод воздействия на организм, сущность которого заключается в нанесении телу пациента раздражений различной силы руками массажиста или специальными аппаратами.

Лечебный массаж применяют при лечении пациентов с заболеваниями ССС, ОДА, ЖКТ, нарушения обмена веществ.

Можно выделить:

- Нервно-рефлекторный фактор - механическое раздражение, производимое руками массажиста, в первую очередь воспринимают нервные рецепторы, связанные нервными волокнами с соматической и вегетативной Н.с.
- Гуморальный фактор – во время массажа в коже и других тканях образуются высокоактивные вещества (гистамин, ацетилхолин, норадреналин и др.), способствующие образованию и передаче нервных импульсов, а так же участвующие в регуляции сосудистого тонуса.
- Механический фактор – под влиянием механического действия очищается кожа больного, смещаются и растягиваются другие ткани, улучшается подвижность суставов и эластичность тканей, повышается сопротивляемость механическому воздействию.

Применение курса массажа создает у пациента целый ряд условно-рефлекторных связей, т.к массажные приемы являются внешними раздражителями. Применяясь неоднократно на определенном участке тела, в определенные часы и в определенной обстановке они становятся условными раздражителями, источником образования новых условных связей в коре головного мозга и подкорковых центрах, в области 1 сигнальной системы, тогда как вовремя сказанное слово действует через 2 сигнальную систему.

На основании научных наблюдений установлено, что наиболее выраженную реакцию со стороны больного органа можно получить при раздражении массажем определенной кожной зоны, связанной с больным органом сегментарно-рефлекторными взаимоотношениями.

Например воротниковая зона богата вегетативными нервными окончаниями, связанными с ядрами шейного отдела симпатической Н.с. Массаж воротниковой зоны оказывает нормализующее влияние на кровообращение головного мозга, сердца, органов шеи и верхних конечностей. Массаж

вызывает раскрытие резервных капилляров и усиливает венозный отток, благодаря чему ускоряются процессы удаления продуктов распада, выпотов, патологических отложений, уменьшаются застойные явления, отеки, увеличивается кол-во гемоглобина, эритроцитов, тромбоцитов, лейкоцитов, нормализует тонус крупных мелких сосудов артериального и венозного русла, ускоряется ток лимфы.
Под влиянием массажа повышается эластичность мышечных волокон, улучшается сократительная функция, предупреждается и уменьшается мышечная атрофия, улучшаются обмен и усвоение мышечными клетками различных веществ, лимфо- и кровообращения в мышцах, их питание и регенерация. Так же улучшается кровообращение в суставах и мышечных тканях, окружающих суставы, укрепляется сумочно- связочный аппарат, ускоряется рассасывание суставных выпотов и патологических отложений, улучшается функция синовиальной оболочки и подвижность суставов, улучшается общее самочувствие, повышается общий тонус организма.

Методические указания

У учащихся ГОАОУ «ЦОРиО» помимо нарушений органов зрения существуют и сопутствующие заболевания. Данная программа направлена на коррекцию других физических недостатков. У незрячих и слабовидящих детей отмечается отставание в физическом развитии, нарушении осанки, сколиозы, плоскостопие, ДЦП и т.д. Поэтому массаж у незрячих и слабовидящих учащихся направлен на улучшение деятельности всех органов и систем, укрепление здоровья, формирование двигательных качеств.
Массаж применяется для профилактики и лечения различных заболеваний и их последствий. Приемы массажа направлены на выведение организма из патологического состояния, повышения фунциональных возможностей путем восстановления, коррекции и компенсации дефектов.
Под воздействием массажа происходит перестройка в двигательном аппарате, улучшается мышечная работоспособность, нормализация деятельности ССС, дыхательной системы. Очень часто у незрячих и слабовидящих детей встречается сопутствующее заболевание – ДЦП. В силу двигательных нарушений у этих детей статические и локомоторные функции не могут развиваться спонтанно или развиваются неправильно, поэтому основной целью массажа является развитие двигательных функций ребенка и коррекция их нарушений.
Массаж детей с ДЦП отличается своеобразием. Он ставит перед собой те же цели и задачи, что и у здоровых детей, однако специфические особенности развития моторики детей с ДЦП требуют применения особых методов и приемов. Особое значение имеет ранняя стимуляция развития основных двигательных навыков. В связи с этим массаж у этих детей начинается с первых месяцев жизни. Моторное развитие при ДЦП не просто замедленно, но и качественно нарушено на каждом этапе. Поэтому в основе массажных

приемов при ДЦП лежит онтогенетически последовательная стимуляция моторного развития, с учетом качественно специфических нарушений характерных для различных клинических форм заболевания. Для каждого ребенка подбираются индивидуальные приемы массажа, в зависимости от формы заболевания, тяжести, возраста.Основными задачами являются торможение патологической тонической рефлекторной активности, нормализация на этой основе мышечного тонуса и облегчение произвольных движений, укрепление общего здоровья ребенка.

У детей с нарушением осанки (Н.О) и сколиозах выполняется массаж с акцентом на область спины и мышц брюшного пресса, а также на зоны с чрезмерно ослабленной мускулатурой с учетом особенностей строения ОДА. С высокой тщательностью прорабатываются мышцы вдоль позвоночника, несущие активную нагрузку. Для них выполняют энергичный тонизирующий массаж.

У детей с диагнозом плоскостопие лечение состоит из массажа стоп и голени (в тяжелом случае-область поясницы). Основное внимание уделяют массажу мышц и связочного аппарата стопы. Массаж начинают с переднелатеральной группы мышц голени и тыла стопы, применяя легкие поглаживания и растирания. При этом укрепляется мышечно-связочный аппарат стопы, улучшается состояние и понижается гипертонус большеберцовых и малоберцовых мышц, улучшается питание и кровообращение, ликвидируются утомляемость и боль в мышцах.

Помимо лечебного массажа показано применение рефлекторно-сегментарного массажа при помощи которого можно ликвидировать изменения в тканях, способствовать восстановлению нормальной функции внутренних органов. Такой массаж, оказывающий рефлекторное воздействие на внутренние органы через сегментарные места выхода сегментарных спиномозговых нервов. Основной его особенностью является выраженное рефлекторно-сегментарное избирательное действие на внутренние органы. Действие рефлекторно-сегментарного массажа осуществляется в 1 очередь через рефлекторную дугу кожно-висцерального рефлекса. Рефлекторно-сегментарный массаж с успехом применяют при функциональных заболеваниях внутренних органов, ОДА, систем органов дыхания, ССС, ЖКТ. Н.С.

Так же показано применение точечного массажа. Сущность которого заключается в нанесении раздражения на определенные биологически активные точки при помощи массажа 1 или несколькими пальцами. Точечный массаж восстанавливает вегетативный тонус и соотношение основных корковых процессов, оказывает нормализующее влияние на ретикулярную формацию, что в значительной степени определяет тонус всей Н.С, а так же на психоневрологический статус, гормональный фактор, кровоснабжение, обмен в-в в соотвесвующих внутренних органах. Также точечный массаж влияет на проницаемость сосудов, содержание адреналина, ацетилхолина, гистамина на белковый и клеточный состав крови, тканевый

обмен. Таким образом, этот своеобразный метод рефлекторной терапии основан на сложном нейрогуморальном процессе.

- **Низкая температура воздуха** – минус 25 градусов по шкале Цельсия для начальной школы; минус 28 градусов – для средней школы; минус 30 градусов для учащихся 10 и 11 классов.
- **Низкая температура в учебных классах.** При температуре воздуха в учебных помещениях ниже +18 градусов проводить занятия воспрещается.
- **Карантин и превышение порога заболеваемости.** Карантин может быть объявлен в отдельной школе, отдельном районе, городе или области при превышении эпидемического порога заболеваемости в 25% от общего количества учащихся.

Режим занятий

Занятия проводятся ежедневно в течении 10 рабочих дней согласно графику.

Планируемые результаты

Улучшить состояние покровных тканей человека, провести стимуляцию рецепторов кожи, обеспечить нормальную работу внутренних органов, избавить организм от токсических веществ, нормализовать кровообращение и лимфоотток. В целом: достичь повышения общего тонуса пациента и стимулировать его защитные механизмы в борьбе с окружающими неблагоприятными факторами (инфекциями, травмами, стрессом). Вместе с тем, расслабление во время массажа также являтся задачей, достижение которой желательно при гипертонусах мышц и гиперкинетических расстройствах формирование правильного мышечного каркаса, что впоследствии становится залогом правильной осанки, отсутствия плоскостопия и деформаций стоп. Специальный лечебный массаж позволяет справиться с проблемами постнатальной энцефалопатии, пупочной грыжи, мышечной кривошеи, аномалий и недоразвитий тазобедренных суставов.

Условия реализации программы

- Массажные кушетки
- Массажный крем
- Массажная кровать
- Массажное кресло
- Вибромассажеры
- Вистибулоплатформа
- Виброскамейка
- Катоактин
- Сменные индивидуальные простыни
- Аптечк

Список литературы

1. Азов С.Х, Курьянов А.К. «Организация лечебного массажа». Ставрополь, СтГМИ, 1993г.
2. Аленькин Б.Ф. «Массаж и движение», г.Екатеринбург, Ср-урал. Книжное изд-во 1992г.
3. Афанасьев Ю.И., Юрина Н.А. «Гистология» г.Москва, Медицина, 1989г.
4. Белая Н.А. «Руководство по лечебному массажу», г.Москва, Медицина, 1974г.
5. Белая Н.А., Штеренгерц А.Е. «Массаж для взрослых и детей», г.Киев, Здоровья, 1993г.
6. Бирюков А. А. «Массаж и самомассаж», г.Ростов на Дону, Феникс, 1999г.
7. Васечкин В.И. «Справочник по массажу», г.Ленинград. Медицина. 1980г.
8. Вельховер Е.С., Кушнир Г.В.«Экстерорецепторы кожи»,г.Кишенев, Штиинца, 1991г.
9. Вербов А.Ф. «Основы лечебного массажа». г.Москва, Медицина, 1966г.
10. Глезер О., Далихо В.А. «Сегментарный массаж», пер. с нем., г.Москва, Медицина, 1965г.
11. Глотова О.Н. «Основы традиционной китайской медицины», 3кн., г.Москва, 1996г.
12. Голъдблат Ю.В. «Точечный и линейный массаж в невролгии», г.Ленинград. Медицина, 1989г.
13. Дикке Е. «Соединительнотканный массаж», пер. с нем.. г.Москва, Медицина, 1965г.
14. Дубровский В.И., Дубровская Н.М. «Практическое пособие по массажу» г.Москва, Шаг, 1993г.
15. Дунаев И.В. «Массаж отдельных анатомических областей тела человека», г.Москва, ВОС, 1989г.
16. Дунаев И.В. «Руководство по классическому массажу», г.Москва, ВОС,1989г.
17. Куликов С.Н., Вшивцев С.Ю. «Учебные карты по точечному массажу при неотложных состояниях», СОМК. г.Екатеринбург, 1996г.
18. Куничев Л.А. «Лечебный массаж». г.Киев. Вища школа. 1983г.
19. Лопаткин Н.А., Лопухин Ю.М. «Эфферентные методы в медицине», г.Ленинград, Медицина, 1974г.
20. Лувсан Г. «Очерки методов восточной рефлексотерапии», 3 изд., г.Новосибирск, Наука Сиб. Отд., 1991г.
21. Лувсан Г. «Традиционные и современные аспекты восточной рефлексотерапии», г.Москва, Наука, 1990г.
22. Меерсон Ф.З. «Общий механизм адаптации и профилактики». г.Москва, Медицина. 1973г.
23. Обысов А.С. «Надежность биологических тканей», г.Москва. Медицина, 1971г.

24. Пишель Я.В. и др. «Анатомо-клинический атлас рефлексотерапии», г.Москва, Медицина, 1991г.
25. Саркизов-Серазини И.М. «Спортивный массаж», г.Москва, Физкультура, 1963г.
26. Страковская В.Л. «Лечебная физкультура в реабилитации больных и детей группы риска первого года жизни», гЛенинград, Медицина, 1991г.
27. Уибе П., Цайбиг Б. «Массаж», г.Москва, Медицина. 1983г.
28. «Физиология человека», 3т., под редакцией Шмидта Р. и Тевса Г. г.Москва, Мир, 1996г.