

Алматы қаласы білім басқармасының
«Алматы қаласы Наурызбай ауданының психологиялық-
педагогикалық түзеу кабинеті» коммуналдық мемлекеттік мекемесі

Ашық сабақ

Тақырыбы: «Гравитациялық сенімсіздік проприоцепция жүйесі»

Өткізген: ЕДШ маманы Оршыбек Ұ.Н

Алматы 2023

Балалар церебралдық параличы. Атоникалық астатикалық түріне арналған ұйымдастырылған оқу іс-әрекетінің жоспары.

Баланың аты жөні: Досымбекұлы Мирас

Жасы: 4 жас

ПМПК қортындысы: Балалар церебральдық параличі Атоника-астатикалық түрі және көру жүйкесі семуі.

Күні -01.06.2023

Маман: Оршыбек Ұлдана Нурболсыновна

Білім беру саласы: ЕДШ

Тақырыбы : Гравитациялық сенімсіздік.Проприоцепция жүйесі

Мақсаты : Баланың кеңістікте өз денесін және бұлшық етін сезіп үйрету

Дамытушылық : Бұлшық ет тонусын көтеру тактильді сезіну, Вестибулярлы жүйені,қозалыс координациясын дамыту.

Көрнекіліктер:Фидбол,Ағаш жол,сенсорлы жол,басейн қысқыш стабилизатор балансир жастықшасы.

Жұмыс бағыты	Мазмұны	Мақсаттарға кол жеткізу
Кіріспе	Дене шынықтыру - организмнің қалыпты өсуіне, омыртқаның дамуына және баланың жеке типологиялық сипаттамаларына сүйене отырып, оның дұрыс орналасуын қалпына келтіруге, қарапайым мәдени-гигиеналық дағдыларды қалыптастыруға қолайлы физиологиялық жағдайларды қамтамасыз ету. Еркін қозғалыс режимінде, берілген бағытта жалпы моториканы, жүру және жүгіру дағдыларын қалыптастыру. Ашық эмоцияларға және ойын жаттығуларына қатысуға деген эмоционалды реакцияны және ынтаны тудырады. Мұғалімнің берген белгісі мен бұйрығына сәйкес олардың қозғалысын үйлестіруге, іс-әрекеттің бағыты мен сипатын өзгертуге үйрету.	
Жалпы дене жаттығулар	Жалпы дене қыздыру жаттығулары	

<p>Дене шынықтыру негізгі қимылдарды қамтиды:</p>	<p>Жүру - адам ағзасының физикалық жағдайын жақсартатын тиімді құрал. Әсіресе жүрек бұлшық еттерінің қалыпты жұмыс жасауына жағдай жасайды.</p> <p>Шеңберде жүруді үйрету Қол ұстасып жүруді үйрету Аяқтың ұшымен жүруді үйрету Өкшемен жүруді үйрету Тізені жоғары көтеріп жүруді үйрету Қол белде кедергілермен жүруді үйрету жамбасқа дейінгі бұлшық еттерді шымыр қылуға көмектесетін жаттығуларды біліп жүріңіздер.</p>	
<p>Бұлшық ет тонусын қатайтуға арналған жаттығулар жиынтығы</p>	<p>Еңбектеу жаттығулары</p>	
<p>Негізгі бөлім. Қол мен аяқ буындарының қозғалғыштығын жақсартатын емдік шаралар (жамбас - нық)</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Тактильді жаттығулар Жолдармен жүріп өту Бассейн ойыны • Ветибульярлы жүйеге арналған жаттығулар Баспалдақпен жүру Горкамен жүргізу Балансир жастығын қолданып жаттығу жасау 	
<p>Қолдың ұсақ моторикасын дамытуға арналған жаттығулар</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Көз қол координациясы Доп тасу • Проприоцепция жүйесіне арналған жаттығулар • Ағаш инвентарды қолданып жаттығу жасау • Стабилизатор инвентардың көмегімен баламен жұмыс жасау • Фитбол доптың көмегімен жатығу 	
	<ul style="list-style-type: none"> - саусақтарды оң және сол қолмен бір уақытта және кезекпен жұдырыққа қысу және ашу; - кеуде, бет және бастың деңгейінде алақаныңызды шапалақтау; - қолмен айналмалы қозғалыстар; 	

	<p>- қолдар құлыпқа - солға - оңға, алға-артқа айналмалы қозғалыс; - саусақтарды құлыпқа салу, саусақтарды кезекпен жазу және бұғу; - саусақтарды сыртқа бұрап жұдырыққа қысу және ашу.</p>	
<p>Дұрыс қалып калыптастыруға арналған жаттығулар</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Қабырғаға тұрып, оны бастын артына, артқы жағына, бөкселеріне және өкшелеріне тигізу; қабырғадан алыстау және бастапқы қалпын сақтай отырып, оған оралу. 2. Қабырғаға дұрыс қалыпта тұрып, қолды алға, жоғары, бүйірге көтеру; кезекпен және бір уақытта екі қол. 3. Тұрып, денені оңға, солға, алға, артқа еңкейту. 4. Асқазанда жатып: қолды екі жаққа, Алға, жоғары қарай бұру. 5. Артқы жағында жатып: аяқтың бүгілуі және кеңеюі. 6. Б.к. - тұрып, қолдар иыққа, қолды жоғары-демге, түсіру-дем шығару. (3-4 рет қайталаңыз.) 7. Б.к. - тұрып, қолдар белге; денені артқа созу-дем алу, И. П. - дем шығару. (3 рет қайталаңыз.) 8. Б.к. - тұру, қолдар жағынан; дененің бүйірге айналуы, тыныс алу ерікті. (Қайталау 8-10раз.) 9. Б.к. - тұру, қолдар жоғары; дененің алға қарай еңкеюі-тыныс алу, И. П. - дем шығару. 10. Б.к. - тұрып, қолдар артқы жағынан құлыпқа; денені алға, қолды жоғары, тыныс алу ерікті. 11. Б.к. - тұрып, қолдар түсірілген; шұлыққа көтерілу-дем алу, содан кейін терең емес отыру және қолды алға шығару - дем шығару. (3-4 рет қайталаңыз.) 	