

EFOP-3.1.6-16-2017-00047 SZELFI – SZolgálat az ELFogadásért

Fejlesztő nevelés-oktatás



ÓRAVÁZLAT

Konduktív mozgásfejlesztés

Készítette: Bársony Rózsa konduktor-tanító

2020.

SZÉCHENYI  2020



MAGYARORSZÁG
KORMÁNYA

Európai Unió
Európai Szociális
Alap



BEFEKTETÉS A JÖVŐBE



FOGLALKOZÁSI TERV

A pedagógus neve, végzettsége:	Bársony Rózsa konduktor-tanító
A foglalkozás helye:	Kecskeméti Egységes Gyógypedagógiai Módszertani Intézmény (6000 Kecskemét, Nyíri út 30.)
Dátum:	2020.03.09.
A foglalkozás fajtája:	komplex konduktív egyéni mozgásfejlesztés ,
Gyermek diagnózisa:	mozgásszervi fogyatékos- tetraparesis spastica, segédeszköze egy darab egyponos bot
Gyermek neve, életkora:	X.Y., 15 éves
A foglalkozás témája:	-járáskorrekció, járáskép harmonizálása -statikus és dinamikus egyensúlyfejlesztés -koordináció fejlesztése -figyelem fejlesztése
A fejlesztés célja:	-pozitív énkép erősítése -neheztett mozgáskoordinációt igénylő feladatok megoldása -térbeli tájékozódás fejlesztése -alapmozgások koordinációjának javítása
Alkalmazott módszerek:	megfigyelés, magyarázat, bemutatás, megbeszélés, gyakorlás, ellenőrzés, értékelés/önérékelés
Felhasznált eszközök:	babzsákok, kapu, bordásfal, kötél, székek, koordinációs félgömb, létra, zsinórok
Alkalmazott munkaformák:	egyéni



Idő:	Az óra menete: ELFogadásért	Fejlesztendő területek:	Tanulói tevékenység:	Módszerek, munkaformák:	Eszközök:
2'	Bevezetés Szervezési feladatok: foglalkozás előkészítése Rövid beszélgetés Az óra anyagának rövid összefoglalása, előrejelzése. Zokni levétele.	-kapcsolatfelvétel, -időbeni tájékozódás fejlesztése	kapcsolatfelvétel	beszélgetés	
9'	Ülő feladatok megoldása Ortofunkciós testhelyzet felvétele. Kulcsolás -vállérintéssel. -testrészerintéssel -fej fölött kifordítással -kulcsolt kéz tarkóra, könyök hátra húzása Ökölképzés Kéz kézhátra fordítása- vissza Kulcsolás- tenyerek össze Ujjak legyezőszerű nyitása- zárása Kosárcépzés Összezárt tenyér- szemben lévő ujjak szétvétele- zárása	-a felső végtag ízületeinek átmozgatása, -ízületi mozgáspályák bejárása, -tudatos izomhasználat gyakorlása, -finommanipuláció fejlesztése, -pronáció, szupináció fejlesztése, -ujjak differenciált mozgásainak fejlesztése, -szimmetrikus feladatvégzés kialakítása, -megrövidült izmok nyújtása, -alapmozgások gyakorlása nehezített, kombinált helyzetben.	Ülő helyzetben mindkét felső végtag használata, a bemutatott mozgások minél pontosabb utánzása a bemutatás ritmusának megtartásával, intendálással. A kiigazított testtartások kialakítása, megtartása.	-bemutató, -magyarázó, -megfigyelés, -utánzás, -gyakorlás, -ellenőrzés, -hibajavítás -értékelés -önértékelés	székek



Idő:	Az óra menete:	Fejlesztendő területek:	Tanulói tevékenység:	Módszerek, munkaformák:	Eszközök:
5'	<p>Nagymozgások gyakorlása:</p> <p>A nagymozgásos feladatok feladatismertetéssel kezdődnek. Y-nak a feladatokat meg kell szólni ismételnie, ezután kezdheti elvégezni őket folyamatos verbális, szükség esetén manuális facilitáció közben.</p> <p>Az <u>első</u> feladat:</p> <p>Kötél:</p> <p>-jobb, majd bal külső talpéllal érinti a kötelet</p> <p>-belső talpéleivel érinti a kötelet előre, majd hátrafelé haladva</p>	<p>-alaphelyzetek pontos kialakítása,</p> <p>-megfelelő testtartás kialakítása,</p> <p>-vizuomotoros koordináció,</p> <p>-téri tájékozódás fejlesztése,</p> <p>-tudatos izomhasználat tanulása,</p> <p>-nagymozgások koordinációjának gyakorlása,</p> <p>-járásegyensúly fejlesztése</p> <p>-segédeszköz használatának használatának optimalizálása</p>	<p>A feladatok ismertetésénél figyel, majd elmondja ő is a feladatokat.</p> <p>Nagymozgásos feladatok elvégzése.</p>	<p>-megfigyelés,</p> <p>-megbeszélés,</p> <p>-ellenőrzés,</p> <p>-hibajavítás,</p> <p>-értékelés,</p> <p>-önértékelés,</p> <p>-egyéni munka,</p> <p>- szükség esetén manuális facilitáció</p>	<p>vastag kötél</p>



Idő:	Az óra menete:	Fejlesztendő területek:	Tanulói tevékenység:	Módszerek, munkaformák:	Eszközök:
5'	<p>A <u>második</u> feladat:</p> <p>Létra:</p> <ul style="list-style-type: none"> - haladás előre a létrában - haladás oldalazva (mindkét irányban) a létrában - szlalomozva haladás - haladás előre a létrában, a létra végét megemelve 	<ul style="list-style-type: none"> - helyes nehezeds-átnehezeds tanulás, a megfelelő terhelés elérése érdekében - optimális segédeszköz használat tanulás - járásbiztonság növelése - nehezített állás, járás gyakorlása 	<p>A létra fokainak átlépése egy pontos bot segítségével, anélkül, hogy hozzáérne a létrához.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - megfigyelés, - megbeszélés, - ellenőrzés, - hibajavítás, - értékelés, - önértékelés, - egyéni munka, - szükség esetén manuális facilitáció 	létra
5'	<p>A <u>harmadik</u> feladat:</p> <p>Bordásfal:</p> <ul style="list-style-type: none"> - guggolás - nyújtózás váltott kézzel - váltott lábbal fellépések a bordásfal fokára 	<ul style="list-style-type: none"> - állás egyensúly fejlesztése, egyensúly megtartása helyzetmegtartással - szem-kéz, szem-láb koordináció fejlesztése 	<p>A bordásfalat fogva a feladatok végzése vizuális kontrollal.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - megfigyelés, - megbeszélés, - ellenőrzés, - értékelés, - egyéni munka, - szükség esetén manuális facilitáció 	bordásfal



Idő:	Az óra menete:	Fejlesztendő területek:	Tanulói tevékenység:	Módszerek, munkaformák:	Eszközök:
5'	<p>A <u>negyedik</u> feladat:</p> <p>Koordinációs félgömb (A feladatokat a bordásfalba kapaszkodva végzi!)</p> <ul style="list-style-type: none"> - helyben járás magas térdemeléssel - nyújtózás váltott kézzel - lépés előre-hátra az eszközön 	<ul style="list-style-type: none"> -egyensúly fejlesztés -lépéskoordináció fejlesztése, -szem-láb koordináció fejlesztése 	<p>A bordásfalat fogva feladatvégzés a koordinációs félgömbön.</p>	<ul style="list-style-type: none"> -megfigyelés, -megbeszélés, -ellenőrzés, -értékelés, -egyéni munka, - szükség esetén manuális facilitáció 	<p>bordásfal, koordinációs félgömb</p>
5'	<p>Az <u>ötödik</u> feladat:</p> <p>Babzsákok lábbal vezetése, célba rúgása kapuba.</p> <ul style="list-style-type: none"> - 1 babzsák eljuttatása a kapuba váltott lábbal - 2 babzsák eljuttatása a kapuba- ugyanazt a babzsákot ugyanazzal a lábbal 	<ul style="list-style-type: none"> -a két testfél mozgásának összerendezése, - helyes nehezedés-átnehezedés tanulása, a megfelelő terhelés elérése érdekében -testkép fejlesztése -lábfej izmainak fejlesztése -célzómozgások fejlesztése -térbeli tájékozódás fejlesztése 	<p>A babzsákok elrúgása több méteren keresztül a kapuba.</p>	<ul style="list-style-type: none"> -megfigyelés, -megbeszélés, -ellenőrzés, -értékelés, -egyéni munka, - szükség esetén manuális facilitáció -önellenőrzés, 	<p>babzsákok, kapu</p>



Idő:	Az óra menete:	Fejlesztendő területek:	Tanulói tevékenység:	Módszerek, munkaformák:	Eszközök:
5'	A <u>hatodik</u> feladat: Zsinórok közötti segédeszköz nélküli járás-facilitációval.	-téri orientáció fejlesztése, -helyes nehezeds-átnehezeds tanulása, -járásbiztonság növelése, -egyensúlyfejlesztés -mozgásbiztonság fejlesztése -állás- és járásegyensúly fejlesztése -súlypontáthelyezés tanulása	Segédeszköz nélküli járás segédeszköz nélkül, intendálva.	-megbeszélés, -ellenőrzés, -értékelés, -önértékelés -egyéni munka, - szükség esetén manuális facilitáció	zsinórok
4'	A foglalkozás lezárása Az órai teljesítmény értékelése. Zoknihúzás.	-reális énkép kialakítása, -önértékelés fejlesztése, -szóbeli kifejezőképesség fejlesztése	Értékeli a munkáját.	önértékelés, megbeszélés, értékelés	