

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

### **Fejlesztő nevelés-oktatás**



### **ÓRAVÁZLAT**

### **Konduktív mozgásfejlesztés**

**Készítette: Bársony Rózsa konduktor-tanító**

**2023.**

**SZÉCHENYI** 2020



MAGYARORSZÁG  
KORMÁNYA

**Európai Unió**  
Európai Szociális  
Alap



**BEFECTETÉS A JÖVŐBE**

## FOGLALKOZÁSI TERV

<b>A pedagógus neve, végzettsége:</b>	Bársony Rózsa, konduktor-tanító
<b>A foglalkozás helye:</b>	Kecskeméti Egységes Gyógypedagógiai Módszertani Intézmény (6000 Kecskemét, Nyíri út 30.)
<b>Dátum:</b>	2023.03.10.
<b>A foglalkozás fajtája:</b>	komplex konduktív egyéni mozgásfejlesztés
<b>Gyermek diagnózisa:</b>	mozgásszervi fogyatékos- tetraparesis spastica, segédeszköze egy darab egyponos bot
<b>Gyermek neve, életkora:</b>	X.Y., 18 éves
<b>A foglalkozás témája:</b>	- járáskorrekció, járáskép harmonizálása - felső végtag ízületi mozgáspályáinak a bejárása - manipuláció fejlesztése - koordináció fejlesztése
<b>A fejlesztés célja:</b>	- pozitív énkép erősítése - nehezített mozgáskoordinációt igénylő feladatok megoldása - térbeli tájékozódás fejlesztése - alapmozgások koordinációjának javítása
<b>Alkalmazott módszerek:</b>	megfigyelés, magyarázat, bemutatás, megbeszélés, gyakorlás, ellenőrzés, értékelés/önértékelés
<b>Felhasznált eszközök:</b>	fokos székek, rudak, babzsákok, létra, kötél
<b>Alkalmazott munkaformák:</b>	egyéni

<b>Idő:</b>	<b>Az óra menete:</b>	<b>Fejlesztendő területek:</b>	<b>Tanulói tevékenység:</b>	<b>Módszerek, munkaformák:</b>	<b>Eszközök:</b>
2'	<p><b>Bevezetés</b></p> <p>Szervezési feladatok: foglalkozás előkészítése</p> <p>Rövid beszélgetés</p> <p>Az óra anyagának rövid összefoglalása, előrejelzése.</p>	<p>- kapcsolatfelvétel,</p> <p>- időbeni tájékozódás</p> <p>fejlesztése</p>	<p>kapcsolatfelvétel</p>	<p>beszélgetés</p>	
24'	<p><b>Ülő feladatok megoldása</b></p> <p>Ortofunkciós testhelyzet felvétele.</p> <p>Légzőfeladat</p> <p>Feladatvégzés rúddal:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• rúd vállmagasságba emelése</li> <li>• rúd fej fölé emelése</li> <li>• rúd fej fölé emelése, majd hátrébb vitele nyújtott könyök megtartásával, majd vissza fej fölé és térdre leteszem a rudat</li> <li>• rúd fej fölé emelése, majd engedem jobbra, középre, balra, középre</li> </ul>	<p>- a felső végtag ízületeinek átmozgatása,</p> <p>- ízületi mozgáspályák bejárása,</p> <p>- tudatos izomhasználat gyakorlása,</p> <p>- finommanipuláció fejlesztése,</p> <p>- ujjak differenciált mozgásainak fejlesztése,</p>	<p>Ülő helyzetben mindkét felső végtag használata, a bemutatott mozgások minél pontosabb utánzása a bemutatás ritmusának megtartásával, intendálással.</p> <p>A kiigazított testtartások kialakítása, megtartása.</p>	<p>- bemutatás,</p> <p>- magyarázat,</p> <p>- megfigyelés,</p> <p>- utánzás,</p> <p>- gyakorlás,</p> <p>- ellenőrzés,</p> <p>- hibajavítás</p> <p>- értékelés</p> <p>- önértékelés</p>	<p>székek,</p> <p>rudak,</p> <p>babzsák</p>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• rúd fogása a térdek mellett és így előre hajolás és boka érintés a rúddal, majd felegyenesedés és a rúd letétele</li> </ul> <p>Kulcsolás</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• vállérintéssel.</li> <li>• testrészerintéssel</li> <li>• fej fölött kifordítással</li> <li>• kulcsolt kéz tarkóra, könyök hátra húzása</li> </ul> <p>Ökölképzés</p> <p>Kéz kézhátra fordítása- vissza</p> <p>Kulcsolás- tenyerek össze</p> <p>Ujjak legyezőszerű nyitása- zárása</p> <p>Kosárcépzés</p> <p>Összezárt tenyér- szemben lévő ujjak szétvétele-zárása</p> <p>Babzsák csipentése különböző ujjakkal</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- szimmetrikus feladatvégzés kialakítása,</li> <li>- megrövidült izmok nyújtása,</li> <li>- alapmozgások gyakorlása nehezített, kombinált helyzetben.</li> </ul>			
--	---	---	--	--	--

<b>Idő:</b>	<b>Az óra menete:</b>	<b>Fejlesztendő területek:</b>	<b>Tanulói tevékenység:</b>	<b>Módszerek, munkaformák:</b>	<b>Eszközök:</b>
12'	<p><b>Nagymozgások gyakorlása:</b></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><b>Kötél:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- jobb, majd bal külső talpéllel érinti a kötelet</li> <li>- belső talpéllel érinti a kötelet előre, majd hátrafelé haladva</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- alaphelyzetek pontos kialakítása,</li> <li>- megfelelő testtartás kialakítása,</li> <li>- vizuomotoros koordináció,</li> <li>- téri tájékozódás fejlesztése,</li> <li>- tudatos izomhasználat tanulása,</li> <li>- nagymozgások koordinációjának gyakorlása,</li> <li>- járásegysúly fejlesztése</li> <li>- segédeszköz használatának optimalizálása</li> </ul>	<p>A feladatok ismertetésénél figyel, majd elmondja ő is a feladatokat.</p> <p>Nagymozgásos feladatok elvégzése.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- megfigyelés,</li> <li>- megbeszélés,</li> <li>- ellenőrzés,</li> <li>- hibajavítás,</li> <li>- értékelés,</li> <li>- önértékelés,</li> <li>- egyéni munka,</li> <li>- szükség esetén manuális facilitáció</li> </ul>	vastag kötél

<b>Idő:</b>	<b>Az óra menete:</b>	<b>Fejlesztendő területek:</b>	<b>Tanulói tevékenység:</b>	<b>Módszerek, munkaformák:</b>	<b>Eszközök:</b>
4'	<p>Létra:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- haladás előre a létrában</li> <li>- haladás oldalazva (mindkét irányban) a létrában</li> <li>- szlalomozva haladás</li> <li>- haladás előre a létrában, a létra végét megemelve</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- helyes nehezeds-átnehezeds tanulása, a megfelelő terhelés elérése érdekében</li> <li>- optimális segédeszköz használat tanulása</li> <li>- járásbiztonság növelése</li> <li>- nehezített állás, járás gyakorlása</li> </ul>	<p>A létra fokainak átlépése egy pontos bot segítségével, anélkül, hogy hozzáérne a létrához.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- megfigyelés,</li> <li>- megbeszélés,</li> <li>- ellenőrzés,</li> <li>- hibajavítás,</li> <li>- értékelés,</li> <li>- önértékelés,</li> <li>- egyéni munka,</li> <li>- szükség esetén manuális facilitáció</li> </ul>	<p>létra</p>

<b>Idő:</b>	<b>Az óra menete:</b>	<b>Fejlesztendő területek:</b>	<b>Tanulói tevékenység:</b>	<b>Módszerek, munkaformák:</b>	<b>Eszközök:</b>
3'	<p><b>A foglalkozás lezárása</b></p> <p>Az órai teljesítmény értékelése.</p> <p>Zokni húzás.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- reális énkép kialakítása,</li> <li>- önértékelés fejlesztése,</li> <li>- szóbeli kifejezőképesség fejlesztése</li> </ul>	Értékeli a munkáját.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- önértékelés,</li> <li>- megbeszélés,</li> <li>- értékelés</li> </ul>	fokos székek