

УДК 376.23+616-053.02  
ББК 75.1:56.12  
Р98

**Рябова Е.В.**

**Р98**     Адаптивная физическая культура. Комплексы упражнений для детей с ДЦП: Гемипаретическая форма : практическое пособие для педагогов-дефектологов / Е.В. Рябова. – М. : Издательство ВЛАДОС, 2020. – 224 с.

ISBN 978-5-00136-110-7

В практическое пособие включены 3 реабилитационных курса занятий по адаптивной физической культуре (АФК) для детей с детским церебральным параличом (ДЦП). Каждый курс состоит из 18 занятий, учитывающих психофизические особенности каждого ребенка.

В первый курс вошли занятия для обучающихся с НОДА (*Корковый гемипарез*). Во второй – занятия для обучающихся с НОДА (*Подкорковый гемипарез*). В третий – занятия для обучающихся с НОДА (*Стволовой гемипарез*).

Занятия соответствуют уровням сформированности двигательных навыков, что позволяет обеспечить устойчивый реабилитационный эффект у детей с гемипаретической формой ДЦП.

Пособие предназначено для инструкторов АФК, педагогов и родителей, воспитывающих детей с ДЦП.

УДК 376.23+616-053.02  
ББК 75.1:56.12

ISBN 978-5-00136-110-7

© Рябова Е.В., 2020  
© ООО «Издательство ВЛАДОС», 2020  
© Художественное оформление.  
© ООО «Издательство ВЛАДОС», 2020  
© Оригинал-макет.  
© ООО «Издательство ВЛАДОС», 2020

## СОДЕРЖАНИЕ

Введение . . . . .	5
--------------------	---

### Часть I

#### Курс из 18 занятий по АФК для обучающегося с НОДА (Корковый гемипарез)

Занятие № 1 . . . . .	9
Занятие № 2 . . . . .	13
Занятие № 3 . . . . .	17
Занятие № 4 . . . . .	21
Занятие № 5 . . . . .	25
Занятие № 6 . . . . .	29
Занятие № 7 . . . . .	33
Занятие № 8 . . . . .	37
Занятие № 9 . . . . .	41
Занятие № 10 . . . . .	45
Занятие № 11 . . . . .	49
Занятие № 12 . . . . .	52
Занятие № 13 . . . . .	56
Занятие № 14 . . . . .	60
Занятие № 15 . . . . .	64
Занятие № 16 . . . . .	67
Занятие № 17 . . . . .	71
Занятие № 18 . . . . .	75

### Часть II

#### Курс из 18 занятий по АФК для обучающегося с НОДА (Подкорковый гемипарез)

Занятие № 1 . . . . .	81
Занятие № 2 . . . . .	85
Занятие № 3 . . . . .	89
Занятие № 4 . . . . .	93
Занятие № 5 . . . . .	97
Занятие № 6 . . . . .	101
Занятие № 7 . . . . .	105
Занятие № 8 . . . . .	109
Занятие № 9 . . . . .	113
Занятие № 10 . . . . .	117
Занятие № 11 . . . . .	121
Занятие № 12 . . . . .	125
Занятие № 13 . . . . .	129
Занятие № 14 . . . . .	133
Занятие № 15 . . . . .	137
Занятие № 16 . . . . .	141
Занятие № 17 . . . . .	145
Занятие № 18 . . . . .	149

Содержание

**Часть III**  
**Курс из 18 занятий по АФК для обучающегося с НОДА**  
*(Стволовой гемипарез)*

Занятие № 1 . . . . .	154
Занятие № 2 . . . . .	158
Занятие № 3 . . . . .	163
Занятие № 4 . . . . .	166
Занятие № 5 . . . . .	170
Занятие № 6 . . . . .	174
Занятие № 7 . . . . .	177
Занятие № 8 . . . . .	181
Занятие № 9 . . . . .	185
Занятие № 10 . . . . .	189
Занятие № 11 . . . . .	193
Занятие № 12 . . . . .	197
Занятие № 13 . . . . .	200
Занятие № 14 . . . . .	204
Занятие № 15 . . . . .	207
Занятие № 16 . . . . .	211
Занятие № 17 . . . . .	215
Занятие № 18 . . . . .	219