Физическая реабилитация и социальная адаптация средствами физической культуры и спорта.

Даулеталиев Ж.М., Заурбекова Р.П., Шепетюк Н.М.

Сегодня во всем мире наблюдается увеличение числа людей с ограниченными функциональными возможностями, численность которых, определяемая по международной методике подсчета, составляет в Казахстане около 15 млн. человек. Особенно резко возрастает среди них число детей и подростков. Все это делает актуальной проблему выработки определенной социальной политики по отношению к таким людям. Социальная политика общества по отношению к лицам с ограниченными функциональными возможностями прошла сложный путь . Это путь от ненависти и агрессии по отношению к ним до терпимости, партнерства и их интеграции в социум, признания самооценки человека независимо от состояния здоровья и обязанностей общества по обеспечению равных возможностей для данной категории населения. В системе мер социальной защиты лиц с ограниченными функциональными возможностями все большее значение приобретают ее активные формы, наиболее эффективной из которых является физическая реабилитация и социальная адаптация средствами физической культуры и спорта. Основные принципы гуманистически ориентированной социальной политики в отношении людей с ограниченными возможностями отражены во многих официальных документах, принятых в последнее десятилетие ООН и другими международными и национальными организациями. В соответствие с требованиями законами РК и поручением Президента РК определена система физкультурно-спортивной работы с данной категорией детей. В 2005 году был отрыт спортивный клуб «Алматы» для людей с ограниченными возможностями. Это потребовало анализа имеющихся теоретических источников и практического опыта работы по данному направлению для организации деятельности спортивной школы адаптивной направленности. Приходится констатировать, что в указанных трудах не нашли должного отражения вопросы педагогической организации учебно-тренировочного процесса, обеспечивающего эффективную реабилитацию лиц с ограниченными функциональными возможностями на базе учреждений дополнительного физкультурного образования адаптивной направленности. Это побудило интерес у меня к выбору темы исследования «Реабилитация лиц с ограниченными функциональными возможностями средствами адаптивной физической культуры детей ».

Цель исследования.

Теоретически обосновать и практически реализовать комплекс организационно-педагогических условий, способствующих эффективной реабилитации лиц с ограниченными функциональными возможностями средствами адаптивной физической культуры.

Задачи исследования:

- определение типологии занимающихся адаптивным спортом с учетом структуры дефекта, морфофункциональных показателей, психологических и психосоциальных особенностей;

- поэтапное построение учебно-тренировочных занятий;

- методическое обеспечение учебно-тренировочных занятий (разработку образовательных программ по видам адаптивного спорта; отбор адекватных педагогических методов и средств обучения; использование комплексных методов контроля физического и психологического состояния спортсмена);

- единство и взаимосвязь всех форм учебной и воспитательной работы;

- организацию летнего спортивно-оздоровительного сезона для обеспечения непрерывности реабилитационного процесса.

База исследования. Спорт клуб города Алматы для людей с ограниченными возможностями

условий, способствующих эффективной реабилитации лиц с ограниченными функциональными возможностями средствами адаптивной физической культуры.

Новизна исследования:

- впервые предложен алгоритм модификации типовых программ для адаптивного спорта.

- представлена индивидуальная карта реабилитации для лиц с ограниченными функциональными возможностями, систематически занимающихся спортом, позволяющая наглядно оценить эффективность реабилитационного процесса.

- составлена комплексная диагностическая программа для оценки эффективности реабилитации лиц с ограниченными функциональными возможностями средствами адаптивной физической культуры.

Теоретическая значимость исследования. Расширены современные представления о системе педагогических воздействий в методике адаптивного образования и воспитания. Обоснован комплексный подход к организации учебно-тренировочного процесса для лиц с ограниченными функциональными возможностями, включающий взаимодействие тренеров, психологов, медиков. Практическая значимость исследования заключается в возможности реализации предложенного комплекса организационно-педагогических условий в практической деятельности специалистов, занимающихся реабилитацией лиц с ограниченными функциональными возможностями средствами физической культуры и спорта. Комплексная диагностическая программа оценки динамики морфофункциональных и психологических показателей у лиц с ограниченными функциональными возможностями позволит специалистам своевременно внести коррективы в реабилитационный процесс. Достоверность полученных результатов исследования обеспечивается теоретической обоснованностью рассматриваемой проблемы, методическим и теоретическим анализом работы; использованием комплекса методов, адекватных предмету и задачам исследования; многократной проверкой теоретических выводов, практических рекомендаций опытно-экспериментальной работой и ее позитивными результатами.

1. Процесс реабилитации лиц с ограниченными функциональными возможностями средствами адаптивной физической культуры станет более эффективным, если реализовать комплекс организационно-педагогических условий.

2. Первостепенными условиями являются: определение типологии занимающихся адаптивной физической культурой; поэтапная организация учебно-тренировочного процесса с учетом структуры дефекта, морфофункциональных показателей, психологических и психосоциальных особенностей занимающихся адаптивным спортом.

3. Реабилитационные мероприятия должны включать психолого-медико-педагогическое сопровождение лиц с ограниченными функциональными возможностями, занимающихся адаптивным спортом, в том числе комплексные методы контроля.

4. Необходимо обеспечить логическое единство и взаимосвязь всех форм учебной и воспитательной работы, а также непрерывность реабилитационного процесса посредством организации летнего спортивно-оздоровительного сезона.

Результаты исследовательской работы:

1. Теоретический анализ исследований по адаптивной физической культуре и спорту за рубежом и в России позволил проследить эволюционные отношения между обществом и людьми «с отклонениями от нормы», которые менялись и прошли путь от ненависти и агрессии до признания самооценки человека независимо от состояния его здоровья. В этой связи именно адаптивной физической культуре и спорту, а не медицине, стали придавать ведущее значение как эффективному средству реабилитации и социальной интеграции лиц с ограниченными функциональными возможностями.

2. Анализ нормативно-правовой базы и теоретических исследований, касающихся вопросов адаптивной физической культуры и спорта, выявил, что, во-первых, на данный момент существуют лишь единичные работы в данном направлении, а во вторых, в них не нашли должного отражения вопросы педагогической организации учебно-тренировочного процесса, обеспечивающего эффективную реабилитацию лиц с ограниченными функциональными возможностями.

3. Чтобы процесс реабилитации лиц с ограниченными функциональными возможностями средствами адаптивной физической культуры стал более эффективным, необходим комплекс организационно-педагогических условий, включающий:

- учет типологии двигательных и психофизических нарушений;

- наличие программ по видам адаптивного спорта, предусматривающих поэтапное построение учебно-тренировочных занятий;

- использование комплексных методов контроля физического и психологического состояния спортсмена в процессе учебно-тренировочной и спортивно-соревновательной деятельности;

- обеспечение единства и взаимосвязи всех форм учебной и воспитательной работы;

- достижение непрерывности реабилитационного процесса за счет летней спортивно-оздоровительной работы.

4. Реализация предложенного комплекса организационно-педагогических условий в практической работе с лицами, имеющими ограниченные функциональные возможности, обеспечила следующий реабилитационный эффект:

- ускоренное развитие таких физических показателей, как сила, ловкость, быстрота;

- выраженное повышение антропометрических показателей (массы тела, роста, окружности грудной клетки);

- значительное улучшение функционального состояния центральной нервной системы (умственной работоспособности, коэффициента моторной частоты);

- существенный прирост показателей волевых качеств (настойчивости-упорства, самообладания-выдержки, инициативности-самостоятельности); выраженное улучшение показателей, характеризующих общительность, таких как контактность, потребность в общении, эмпатия, понимание собеседника, владение средствами общения [1].

Заключения и выводы:

Для обеспечения высокой эффективности реабилитации лиц с ограниченными функциональными возможностями средствами адаптивной физической культуры и спорта необходимы следующие мероприятия.

1. Комплектование групп для занятий адаптивными видами спорта с учетом типологии занимающихся (структуры основного и сопутствующих дефектов психофизического развития спортсмена, его физических, двигательных и психических возможностей). 2. Поэтапная организация учебно-тренировочных занятий. При этом большое внимание следует уделять спортивно-оздоровительному этапу, как начальному звену реабилитационного процесса, и в этой связи выделить три самостоятельных направления:

- с перспективой спортивной специализации и перевода на этап начальной подготовки;

- коррекционно-оздоровительное (для лиц с тяжелыми формами физического и психического недоразвития, без перспективы спортивной карьеры);

- реабилитационно-оздоровительное (для лиц с временными ограничениями физических возможностей после перенесенных травм и заболеваний).

3. Методическое обеспечение учебно-тренировочного процесса посредством модификации типовых программ по предложенному нами алгоритму, включающему:

- характеристику психофизических возможностей занимающихся спортом, для которых предназначена данная программа (двигательные качества; состояние здоровья; познавательные процессы; особенности социализации; коммуникативные навыки);

- описание коррекционно-развивающих возможностей этого вида спорта для данного контингента занимающихся;

- нормативную базу;

- направления корректировки типовой программы с учетом психофизических особенностей данного контингента занимающегося спортом (объема учебного материала; темпа, сроков прохождения программы, введение дополнительных этапов; подбора педагогических методов и средств учебно-тренировочных занятий; разработки переводных нормативов).

4. Воспитательная работа, способствующая социализации лиц с ограниченными функциональными возможностями, занимающимися адаптивным спортом.

5. Психологическое сопровождение лиц, занимающихся адаптивной физической культурой и спортом, посредством: психодиагностики; психокоррекции; психопрофилактики; психологического просвещения; психологических тренингов; психологического консультирования; психологической подготовки

6. Обеспечение непрерывности реабилитационного процесса посредством организации летнего спортивно-оздоровительного сезона.

7. Комплексная оценка эффективности реабилитации средствами адаптивной физической культуры и спорта. Для этого можно использовать предложенную нами диагностическую программу. Она включает простые, доступные и в то же время достаточно надежные методики исследования, позволяющие определить физические качества, антропометрические показатели, функциональное состояние центральной нервной системы; личностные характеристики занимающихся адаптивным спортом.

8. Данные показатели необходимо фиксировать в «Индивидуальной карте реабилитации» предложенного нами образца, что позволит наглядно оценить реабилитационный этап.

Литература

Ашмарин Б.А. Теория и методика педагогических исследований в физическом воспитании. – М.: ФиС, 1978.   
2. Булич Э.Г. Физическое воспитание в специальных медицинских группах. Уч. пособие. – М., Высшая школа, 1986. – 255 с.   
3. Вайзман Н.П. Психомоторика детей-олигофренов. – М.: Педагогика, 1976.   
4. Выготский Л.С. Собрание сочинений. – М., 1985.   
5. Волков Б.С., Волкова Н.В. Методы изучения психики ребенка. 2-е изд. АПО, 1994. – 80 с.   
6. Грабова А.Н. Очерки по олигофренопедагорики. М., 1961.   
7. Глазырина Л.Д. Занятия по физической культуре в старшей группе дошкольного учреждения с применением нетрадиционных методов обучения и воспитания. – Мн.: МН Центр, 1995.   
8. Дмитриев А.А. Коррекция двигательных нарушений у учащихся вспомогательных школ средствами физического воспитания. – Красноярск, 1987.   
9. Дмитриев А.А. Организация двигательной активности умственно отсталых детей. – М.: Советский спорт, 1991. – 32 с.   
10. Зверев Н.Н. Физкультура в школе. – М.: Наука, 2000.   
11. Коробков А.В. Развитие и инволюция функций различных групп мышц человека в онтогенезе. // «Вопросы физиологии нервной и мышечной системы». № 7, 1990.   
12. Коробков А.В. Соотношение средств общей и специальной физической подготовки в системе спортивной тренировки. // Всесоюзная научно-методическая конференция. - М., 1991.   
13. Козленко Н.А. Физическое воспитание в системе коррекционно-воспитательной работы вспомогательной школы // Дефектология, 1991. - №2.   
14. Кольцова М.М. Двигательная активность и развитие функций мозга ребенка. – М., 1987   
15. К проблеме целенаправленного развития отдельных физических качеств у детей и подростков на уроках физической культуры // Медицинские и педагогические проблемы физической культуры и спорта. - Краснодар: ХМЦСМФ, 1999. – С. 126-136.   
16. Кузнецов В.С., Холодов Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта. М.: Академия. 2000.   
17. Ляпидевский С.С. Невропатология. Естественнонаучные основы специальной педагогики: Учеб. для студ. высш. учеб. заведений / Под ред. В.И. Селиверстова. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2000.   
18. Мастюкова Е.М. Ребенок с отклонениями в развитии. Ранняя диагностика и коррекция. – М.: Просвещение, 1992.   
19. Настольная книга учителя физической культуры. Под ред. Кофмана Л.Б. М. 1998.   
20. Покацкий А.Г. - Повышение двигательной подготовленности учащихся 6-9 лет на уроках физической культуры. - Улан-Уда: Изд. Бурятск. Пединститут, 1995.   
21. Развитие физических качеств на уроках гимнастики 2-3 кл. /Под ред. Окунева А.П. - 1989.   
22. «Слабые звенья» в системе физической подготовки учащихся начальных классов // Актуальные вопросы физической культуры и спорта: Труды научно-исследовательского института проблем физической культуры и спорта КубГАФК. - Том 3. – Краснодар. - 2000.– С. 20-24.   
23. Самыличев А.С., Олейник В.М. Мышечная работоспособность учащихся вспомогательной школы // Дефектология. – 1988. - №3. с. 17.   
24. Сонькин В.Д. Растем сильными и выносливыми. - М.: Знание.- 1987.   
25. Соловейчик С.Л. Педагогика для всех. - М.: Детская литература, 2001.   
26. Спортивные игры и методика преподавания: Учебник для пед. фак. институтов физ. культуры / Под. ред. Портных Ю.И. – Изд. 2-е, перераб. и доп. – М.: ФиС, 1996.   
27. Теория и методика физического воспитания. / Под. общ. ред. Л.П. Матвеева, А.Д. Новикова. – М.: ФиС, 2001.   
28. Фомин Н.А., Филин В.П. Возрастные основы физического воспитания. – М.: ФиС, 2002.   
29. Фролов В.Г. Физкультурные занятия, игры и упражнения на прогулке. – М.: Просвещение, 1996.Физическая культура. Учебник / Под ред. Г.Б. Мейксона 2-е изд. - М.: Просвещение, 1997.   
30. Физическая культура и здоровье детей и подростков. – М.: Медицина, 1966.   
31. Хрестоматия по детской психологии. // Под ред. Г.В. Бурменской. - М.: Наука, 1996.   
32. Юровский С.Ю. Воспитательная работа с учащимися вспомогательной школы в процессе занятий по физической культуры // Дефектология. – 1985. - №1. – стр. 39.