

ПАНКОВА Маргарита Дмитриевна, канд. пед. наук, доцент

ГАПОНЁНОК Юлия Васильевна

*Белорусский государственный университет физической культуры,
Минск, Республика Беларусь*

АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА В УСЛОВИЯХ СПЕЦИАЛИЗИРОВАННОГО ИНТЕРНАТА

В статье представлены результаты анализа современного состояния адаптивной физической культуры, предложены рекомендации по совершенствованию организации образовательного процесса по учебному предмету «Адаптивная физическая культура». Разработана коррекционно-развивающая методика для детей с тяжелыми и (или) множественными физическими и (или) психическими нарушениями в условиях специализированного интерната.

Ключевые слова: дети с тяжелыми множественными нарушениями; адаптивная физическая культура; образовательный процесс; паллиативная помощь; методика.

ADAPTIVE PHYSICAL CULTURE IN CONDITIONS OF A SPECIALIZED BOARDING SCHOOL

The article presents the analysis results of the current state of adaptive physical education, offers recommendations for improving the educational process organization on the subject «Adaptive Physical Education». A correctional-developing technique has been developed for children with severe and (or) multiple physical and (or) mental disorders in a specialized boarding school.

Keywords: children with severe multiple impairments; adaptive physical education; educational process; palliative care; technique.

Введение. Детская инвалидность – значимая государственная проблема, требующая особого внимания [2]. По данным Национального статистического комитета Республики Беларусь в 2018 году численность инвалидов-детей в возрасте до 18 лет составила 32 026 [4]. Право на образование каждого гражданина Республики Беларусь закреплено в ряде нормативных правовых документов, международного, национального и государственного уровня: Конвенция о правах ребенка (1989, ст. 23 п. 1, 27 п. 1, 28 п. 1); Стандартные правила обеспечения равных возможностей для инвалидов (1993, правило 6 Образование); Саламанкская декларация лиц с особыми потребностями принята Всемирной конференцией по образованию лиц с особыми потребностями: доступ и качество (1994, п. 2.); Закон Республики Беларусь о специальном образовании (2004), Кодекс Республики Беларусь об

образовании (с 2011). Конвенция о правах инвалидов (2016, ст. 24 Образование), национальный план действий по реализации в Республике Беларусь положений Конвенции о правах инвалидов на 2017–2025 годы являются основополагающими документами.

В настоящее время система специального образования представлена широкой сетью учреждений: специальные дошкольные учреждения, специальные общеобразовательные школы, вспомогательные школы, центры коррекционно-развивающего обучения и реабилитации. По мере развития специального образования, проблема образования детей с тяжелыми и (или) множественными нарушениями, в частности детей, находящихся на паллиативной помощи, проживающих в учреждениях социального обслуживания, домах-интернатах, привлекает все более пристальное вни-

мание отечественных и зарубежных ученых. В Республике Беларусь 9 домов-интернатов для детей с особенностями психофизического развития. Проживающие там дети получают специальное образование в специальных условиях на уровне дошкольного и общего среднего образования. Важно учитывать, что дети-инвалиды, находящиеся на паллиативной помощи, различны как по тяжести нарушения, так и по возрасту (от 4 до 18 лет) и все отличаются своеобразием. Ведущее место в перинатальной патологии нервной системы занимают асфиксия и внутричерепная родовая травма, вызывающая структурные изменения нервной системы. В последующем обнаруживаются двигательные расстройства, эпилептические припадки и задержка умственного развития. Тяжесть повреждения спинного мозга варьирует от легкого растяжения до тяжелого кровоизлияния и разрыва, приводя к парезам и параличам конечности и нарушениям чувствительности. Общая частота врожденных пороков развития составляет 15–42 на 1000 родившихся. Для наследственных болезней характерны сочетанные поражения нервной системы, внутренних органов, кожных покровов и опорно-двигательного аппарата (рисунок).

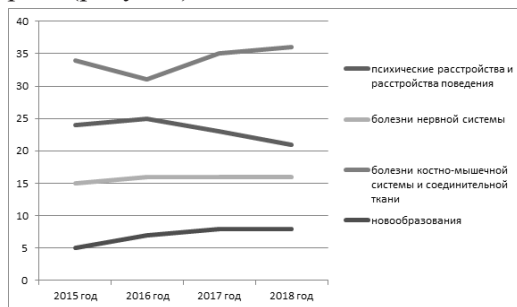


Рисунок – Заболеваемость детей в возрасте 0–17 лет по отдельным группам болезней (зарегистрировано случаев заболеваний с диагнозом, установленным впервые в жизни)

Сложные нарушения и стойкие отклонения в развитии приводят к вынужденной гипокинезии детей, что, в свою очередь, приводит к гиподинамии и низкой функциональной активности органов и систем. В еще большей степени проблема дефицита двигательной активности затрагивает детей, находящихся на паллиативной помощи, которая предполагает комплексный (физический, эмоциональный, социальный, духовный) подход к больному ребенку, имеющему угрожающее жизни состояние, где высокая вероятность преждевременной смерти из-за его тяжести, но также есть вероятность длительного продления жизни до взрослого возраста [5]. Важно, не допустить стандартизацию в оказываемой помощи детям, а только обеспечивать улучшение качества жизни [4]. Поэтому дети с тяжелыми и множественными нарушениями нуждаются в целенаправленной помощи специалистов по адаптивной физической культуре в режиме всего дня. На них лежит главная ответственность за профилактику и коррекцию последствий болезни. Каждый ученик имеет свое индивидуальное учебное поле (Т.В. Лисовская, Т.В. Сидорко, М.Е. Скивицкая) [3].

Цель исследования – совершенствование организации образовательного процесса детей с тяжелыми и (или) множественными физическими и (или) психическими нарушениями по учебному предмету «Адаптивная физическая культура».

Методы исследования. Анализ научно-методической литературы, нормативных и правовых документов по проблеме исследования; педагогические наблюдения в процессе оказания паллиативной помощи детям с тяжелыми и (или) множественными физическими и (или) психическими нарушениями.

Основные результаты исследования и их обсуждение. Порядок организации получения специального образования в детском доме-интернате определяет инструкция «О порядке организации получения специального образования в учреждении социального обслуживания», утвержденная постановлением Министерства образования Республики Беларусь и Министерства труда и социальной защиты Республики Беларусь от 28.06.2011 № 48/55. В компетенции учреждения образования входят следующие функции: реализация образовательных программ специального образования, коррекционная работа, обеспечение лиц с особенностями психофизического развития учебниками, учебными пособиями, консультативная помощь по вопросам обучения и воспитания лиц с особенностями психофизического развития. Стационарное учреждение социального обслуживания определяет количество специальных классов, групп, создает специальные условия. Учреждение образования совместно со стационарным учреждением социального обслуживания осуществляют постоянное наблюдение за личностным развитием, уровнем обучаемости и социальной адаптации детей.

Образовательный процесс детей с тяжелыми и (или) множественными физическими и (или) психическими нарушениями осуществляется посредством учебной работы по освоению учащимися ряда основных учебных дисциплин (учебный план и учебная программа центра коррекционно-развивающего обучения и реабилитации), в число которых входит учебный предмет «Адаптивная физическая культура». Цель которой – максимально развить жизнеспособность детей посредством коррекции и компенсации нарушенных функций. Однако «...данная программа не рассчитана на

работу с детьми с тяжелыми нарушениями функций опорно-двигательного аппарата...».

В случае невозможности усвоения ребенком программных требований учебных программ в соответствии со ст. 279 Кодекса об образовании для лиц с тяжелыми и (или) множественными физическими и (или) психическими нарушениями могут разрабатываться индивидуальные учебные планы и индивидуальные учебные программы.

Анализ состояния образовательного процесса в домах-интернатах по предмету «Адаптивная физическая культура» для детей, находящихся на паллиативной помощи, позволяет выделить следующие проблемные аспекты.

Первый – нет программно-методического сопровождения по предмету «Адаптивная физическая культура», учитывающего особенности детей, находящихся на паллиативной помощи. Недостаточно четких рекомендаций по коррекции физических нарушений по различным нозологическим группам.

Вторая проблема – это наличие педагогических кадров. Многие педагоги, задействованные в процессе физического воспитания детей, не имеют образования в области адаптивной физической культуры. Часто у специалистов складывается мнение, что при тяжелых заболеваниях дети нуждаются в ограничении двигательной деятельности, при этом отдавая предпочтения медикаментозным методам лечения. Педагоги зачастую избегают инициировать самостоятельные действия и решения в организации физического воспитания, так как нет методических рекомендаций, алгоритмов, инструкций по педагогическому сопровождению детей, находящихся на паллиативной помощи. В Республике Беларусь осуществляется подготовка специалистов в области адаптивной физической

культуры. Безусловно, кадровый высококвалифицированный педагогический состав играет важную роль в образовательном процессе.

Третья проблема – сложность проведения мониторинга физического развития и физической подготовленности детей с тяжелой степенью психофизического развития. Л.Н. Ростомашвили (2009) справедливо отмечает: «Основу оценки состояния здоровья детей составляет комплексный, индивидуальный и дифференцированный подходы». Постоянный мониторинг достигнутых результатов за период педагогического воздействия позволит повысить качество образования [6].

Четвертая проблема – отсутствие стимулирующей среды двигательной активности. На сегодняшний день разработаны различные методики, позволяющие детям с тяжелыми двигательными нарушениями заниматься физическими упражнениями в вертикальном положении с оптимальной нагрузкой на опорно-двигательный аппарат, обеспечивая максимальную возможность формирования двигательных навыков. Существует современное реабилитационное оборудование для вертикализации, обучения передвижения: функциональные кровати, столы-вертикализаторы, подвесные системы, коляски-вертикализаторы и др. К сожалению, на сегодняшний день это оборудование не распространено в домах-интернатах. Поэтому процесс вертикализации проходит тяжело и недостаточно эффективно [1].

На основе анализа научно-методической литературы и педагогических наблюдений разработана коррекционно-развивающая методика для детей с тяжелыми и (или) множественными физическими и (или) психическими нарушениями в условиях специализированного интерната, состоящая из трех

взаимосвязанных разделов, направленных на коррекцию функций верхних конечностей, укрепление мышц спины и коррекцию функций нижних конечностей, развитие координации движений. Каждый раздел включает четыре этапа:

- этап 1 – изучение характера основных показателей двигательных функций до начала занятий;
- этап 2 – дифференцированный подбор средств, исходных положений при выполнении физических упражнений;
- этап 3 – реализации методики коррекции дефицита двигательных функций;
- этап 4 – оценка эффективности методики коррекции функционального состояния.

Определены методы оценки функционального состояния опорно-двигательного аппарата, которые могут быть использованы при работе с детьми с тяжелыми и (или) множественными физическими и (или) психическими нарушениями. Также подобраны физические упражнения, позволяющие решать задачи коррекции дефицита двигательных функций данной категории детей.

Заключение:

1. Адаптивное физическое воспитание занимает приоритетное место в образовательном процессе детей, имеющих стойкие нарушения в развитии. Поэтому одним из первых и главных условий развития детей с тяжелыми и (или) множественными нарушениями, а именно детей, находящихся на паллиативной помощи, является повышение двигательной активности.

2. Разработана коррекционно-развивающая методика для детей с тяжелыми и (или) множественными физическими и (или) психическими нарушениями в условиях специализированного интерната.

1. Гапонёнок, Ю. В. Актуальные проблемы физического воспитания в условиях домов-интернатов / Ю. В. Гапонёнок // Актуальные проблемы физической реабилитации и эрготерапии : материалы Междунар. научн.-практ. конф., посвящ. 25-летию кафедры физической реабилитации, Минск, 29 марта 2018 г. / Белорус. гос. ун-т физ. культуры ; под общ. ред. Т. Д. Поляковой, М. Д. Панковой. – Минск : БГУФК, 2018. – С. 45–48.
2. Гапонёнок, Ю. В. Объективизация оценки психоэмоционального состояния детей с церебральной патологией / Ю. В. Гапонёнок // Физическая культура, спорт и здоровье в современном обществе : сб. науч. ст. Всероссийск. с междунар. участием науч.-практ. конф., Воронеж, 8–9 октября 2019 г. – Воронеж : Научная книга, 2019. – С. 451–454.
3. Лисовская, Т. В. Педагогические основы воспитания и обучения детей с тяжелыми множественными психофизическими нарушениями : пособие : в 2 ч. / Т. В. Лисовская, Т. В. Сидорко, М. Е. Скивицкая ; под ред. Т. В. Лисовской. – Гродно : ГрГУ, 2015. – Ч. 1. – 70 с.
4. Национальный статистический комитет Республики Беларусь [Электронный ресурс]. – Режим доступа : <https://www.belstat.gov.by/>. – Дата доступа : 16.02.2016.
5. Организация паллиативной помощи детям в Республике Беларусь : учеб.-метод. пособие / А. Г. Горчакова [и др.] ; под ред. Н. Н. Саввы. – Минск : БелМАПО, 2011. – 23 с.
6. Ростомашвили, Л. Н. Адаптивное физическое воспитание детей со сложными нарушениями развития : учеб. пособие / Л. Н. Ростомашвили. – М. : Советский спорт, 2009. – 224 с.

УДК 796.015.5:796.02+796.01:612:76

СОТСКИЙ Николай Борисович, д-р пед. наук, доцент*Белорусский государственный университет физической культуры,
Минск, Республика Беларусь*

ВОЗМОЖНОСТИ ТРЕНИРОВКИ МЫШЦ ДЛЯ ОБЕСПЕЧЕНИЯ ВЫПОЛНЕНИЯ ЭЛЕМЕНТОВ ОСАНКИ И УПРАВЛЯЮЩИХ ДВИЖЕНИЙ НА ОСНОВЕ ФРИКЦИОННЫХ ТРЕНАЖЕРОВ

В статье анализируются возможности силовой тренировки мышц, обеспечивающих основные биомеханико-педагогические составляющие физических упражнений – элементы осанки и управляющие движения. Показаны системные недостатки существующих тренажерных систем при их использовании в указанном направлении, рассмотрено и предложено новое направление развития технических средств тренировки на основе использования фрикционных тренажеров со многими степенями свободы, позволяющих осуществлять тренировку мышц с сохранением координации их напряжений, характерных для реальных пространственных двигательных действий и для спортивных упражнений.

Ключевые слова: силовая тренировка; тренажер; фрикционные силы.

POSSIBILITIES OF MUSCLE TRAINING TO ENSURE EXECUTION OF POSTURE ELEMENTS AND CONTROL MOVEMENTS BASED ON FRICTION SIMULATORS

The possibilities of muscles strength training providing the main biomechanical-pedagogical components of physical exercises – posture elements and control movements – are analyzed in the article. System disadvantages of the existing simulators used for these purposes are shown; a new direction for technical training means development is considered and proposed based on the use of friction simulators with many degrees of freedom, which allows to train muscles maintaining their stresses coordination characteristic of real spatial motor actions specific to sports exercises.

Keywords: strength training; simulator; frictional forces.

Введение. В ходе жизнедеятельности человека важнейшее значение имеют двигательные возможности рук. Они необходимы для успешного осуществления физического труда и решения повседневных бытовых вопросов, но особенно ярко требования к мышцам рук проявляются при осуществлении спортивных движений.

Руки у человека выполняют самые разнообразные функции и сложно представить такой вид деятельности, где эффективные действия рук не имеют решающего значения. В большинстве видов спорта рукам и действиям руками придается особое значение. Это – захват при выполнении технико-тактических действий в спортивной борьбе, управле-