

УДК 519.6

## ВЛИЯНИЕ АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА НА СОЦИАЛИЗАЦИЮ ЛИЧНОСТИ ДЕТЕЙ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ЖИЗНЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ

<sup>1</sup>Зеленин Л.А., <sup>2</sup>Паначев В.Д.

<sup>1</sup>Пермский государственный национальный исследовательский университет;

<sup>2</sup>Пермский национальный исследовательский политехнический университет, Пермь,  
e-mail: panachev@pstu.ru

В статье анализируются проведенные экспериментальные данные с использованием адаптивной физической культуры и спорта в группе детей-инвалидов ДЦП для их социализации и развития двигательных качеств.

**Ключевые слова:** дети-инвалиды, адаптивная физическая культура, спорт, социализация личности

## INFLUENCE OF THE ADAPTIVE PHYSICAL CULTURE AND SPORT ON SOCIALIZATION OF THE PERSONALITIES CHILDREN WITH LIMITED LIFE POSSIBILITY

<sup>1</sup>Zelenin L.A., <sup>2</sup>Panachev V.D.

<sup>1</sup>Perm state national exploratory university;

<sup>2</sup>Perm national exploratory polytechnic university, Perm, e-mail: panachev@pstu.ru

In article are analysed called on experimental given with use the adaptive physical culture and sport in group children-invalids DCP for their socializations and developments motor quality.

**Keywords:** children-invalids, adaptive physical culture, sport, socialization to personalities

После провального выступления российских спортсменов на Олимпиаде в Ванкувере ярко высветились системные негативные явления в развитии всего социума, особенно в отношении детей с физическими недостатками. В свое время, Л.Д. Ландау отмечал, что «метод важнее открытия, ибо правильный метод исследования приведет к новым еще более ценным открытиям». К сожалению, при индивидуальной работе с детьми-инвалидами мы пришли к выводу, что универсального метода обучения нет. Применение метода в каждом отдельном случае должно быть обосновано реальными возможностями, видом индивидуальности, познавательными потребностями, психологическими особенностями, интересами, наличием опыта детей и т.д.

Методика. У детей-инвалидов двигательная активность существенно зависит от вида заболевания и не находит выхода в естественных играх, которыми с раннего детства занимаются обычные дети. Это влечет за собой гиподинамию, а также недостаток знаний о своем организме и его возможностях. Еще в античные времена Аристотель отмечал: «Никто так не истощает, не разрушает, как физическое бездействие». На протяжении веков доказывалось, что именно определенные физические упражнения способствуют развитию функциональных систем организма, повышают общий уровень здоровья, иммунитет, спо-

собность к адаптации, стимулируют умственную деятельность. Также нельзя не отметить положительное влияние занятий физкультурой и спортом на развитие личности, ярко проявляется среди детей-инвалидов. Чтобы их физическая форма была на высоком уровне, в течение всей жизни, необходимы систематические занятия с детства. Многолетние исследования показывают, что физический потенциал человека формируется, прежде всего, в первые два десятилетия. Именно в этот период нужно добиться, возможно более высокого для каждого человека уровня развития физических качеств. Несомненно, что выявление новых оздоровительных эффектов использования средств физической культуры повысит качество внутреннего потенциала, заложенного природой у детей-инвалидов.

Экспериментальная часть. В условиях неблагоприятных экологических воздействий Пермского края адаптивная физическая культура может стать и важным средством повышения иммунологических возможностей организма детей-инвалидов. Так, например, систематическое применение нами статических упражнений на тренировочных занятиях по дартс в группе детей-инвалидов ДЦП, способствовало развитию статической выносливости, координации движения, точности попадания дротиков в мишень. Отмечался более выраженный прирост результатов, повышение адаптив-

ных возможностей сердечнососудистой и дыхательной систем, развитие волевых качеств, работоспособности, координации движений на основе тонких дифференцировок кинестезического чувства, расширение своих физических возможностей, что в целом создает благоприятный психологический климат у детей-инвалидов ДЦП.

Особую роль в реабилитационных воздействиях на детей-инвалидов оказывают комплексные методы социально-педагогической направленности с индивидуальным бережным подходом к каждому ребенку. Для этого необходим особый талант и чуткое сердце, помноженные на опыт и знания. По данным Минсоцразвития России в среднем 6 из 1000 новорожденных страдают церебральным параличом. Если в Москве около 4 тысяч таких детей, то в г. Перми и Пермской области, только по данным официальной статистики, этот показатель превысил 5 тысяч. При детском церебральном параличе страдают самые важные функции организма: движение, речь, психика. Характерной особенностью этого заболевания является отставание моторного развития ребенка, обусловленное, прежде всего, аномальным распределением мышечного тонуса и нарушением координации движений. При детском церебральном параличе (ДЦП) страдает функциональная система движения, нарушена связь с окружающей средой. Это отрицательно влияет на деятельность ребенка, его психическое и физическое развитие. К сожалению, цивилизационное развитие российского общества с каждым годом увеличивает статистику детей с отклонениями в своем развитии.

Перед специальными (коррекционными) школами стоит очень важная задача – реабилитация и социализация детей с церебральным параличом средствами образования. В решении этой задачи ведущее место занимает адаптивная физическая культура. А она, кроме обязательного физического воспитания, позволяет расширить рамки образовательного пространства за счет адаптивной физической реабилитации, адаптивной двигательной рекреации и адаптивного спорта. Актуальной проблемой является разработка эффективных методов и средств коррекции и адаптации недостатков физического развития опорно-двигательного аппарата и мышечной работоспособности детей с церебральным параличом.

Занятия с детьми проводились учителями физкультуры, педагогами дополнительного образования, методистами-инструкторами ЛФК, массажистами, воспитателями. Участники эксперимента находились под

наблюдением врачей: невропатолога, психиатра, врача ЛФК, педиатра, ортопеда. Тренировочные нагрузки в «экспериментальной» группе давались с учетом физической подготовленности, индивидуальных особенностей учащихся и поддержания их интереса к занятиям. В начале эксперимента уровень физического развития учащихся, страдающих церебральным параличом, экспериментальной и контрольной групп был значительно ниже, чем у их сверстников из «основной» группы. Также надо отметить, что исходные данные детей с церебральным параличом свидетельствовали о неравномерности развития двигательных качеств. По ходу эксперимента за летние месяцы отдельные показатели во всех трех группах оставались прежними, а в некоторых случаях снижались. В результате проведенного эксперимента выявлено также, что режим со спортивной направленностью способствует повышению функциональных возможностей организма учащихся с церебральным параличом, улучшению их соматического здоровья. По данным учебного года спортсмены-инвалиды ни разу не болели ОРЗ и гриппом, у них не было обострения хронических заболеваний, улучшилось самочувствие и состояние здоровья. Они справлялись с тренировочными заданиями, что способствовало их успешному выступлению в городских и областных соревнованиях, несмотря на устойчивые отклонения, имеются резервные возможности организма и способность к спортивной деятельности. Это, по-видимому, объясняется тем, что физическое развитие детей с церебральным параличом зависит от особенностей моторики – «стойкие нарушения отдельных компонентов движения». Преобладание прироста показателей в экспериментальной группе наблюдалось на четвертом году эксперимента, что свидетельствует о компенсаторных механизмах организма учащегося с церебральным параличом, которые проявились в результате тренировочных занятий. Итогом работы стали среднегрупповые показатели прироста динамики физической подготовленности. Преимущество экспериментальных детей в районных, городских, областных и региональных соревнованиях по программам Паралимпиады и Специальной Олимпиады. Помимо этого прямого эффекта занятия адаптивным спортом имеют большое социально-психологическое значение.

### **Выводы**

Предложенный и используемый в настоящем исследовании рационально организованный режим двигательной активности,

как естественного стимула жизнедеятельности, позволил получить всестороннюю объективную информацию о психофизических возможностях детей со сложным сочетанием дефекта. Установлено, что у учащихся с отклонениями в физическом развитии и тенденциях на устойчивые отклонения, имеются резервные возможности организма и способность к спортивной деятельности.

Контрольные испытания показали, что наиболее эффективным в развитии двигательных качеств детей с церебральным параличом является режим со спортивной направленностью.

Полученные данные позволяют осуществить прогнозирование оптимального потенциала физических возможностей детей с церебральным параличом для их дальнейшей самореализации.

У детей с ДЦП существуют адаптивно-компенсаторные системы организма, которые включают повышение показателей физического развития под воздействием регулярных занятий адаптивными видами спорта. С применением адаптивной физической культуры и спорта быстрее и эффективнее происходит социализация и адаптация личности ребёнка.

Результаты исследования могут послужить основой для разработок программ дополнительного образования по адаптивной физической культуре с целью социализации детей в современном цивилизационном процессе.

Эти итоги показывают и доказывают возможность развития адаптивного спорта, как одной из форм дополнительного образования, в специальных (коррекционных) школах для детей с церебральным параличом, и через него завоевания своего социального пространства.

Таким образом, именно комплексное физическое воспитание является действенным средством предупреждения и устранения у детей недостатков в их физическом развитии, возникших в раннем возрасте, обеспечивает его последующую коррекцию и служит важным средством компенсации нарушений и социальную адаптацию. К сожалению, содержание физического вос-

питания в массовых общеобразовательных школах и в специальных школах-интернатах для детей оставляет желать лучшего в методическом, в материально-техническом и в организационном отношении. Чаще всего занятия проходят чисто формально, нагрузки на них далеко не соответствуют потребностям развивающегося молодого организма. Причины этого – в отсутствии квалифицированных педагогов в сфере адаптивной физической культуры, неполная и не всегда грамотная интерпретация специалистами в данной области медицинских сведений о патологии занимающихся, что приводит к недостаточно целенаправленной коррекции дефектов развития и здоровья детей с ограниченными возможностями. Статистика говорит о низком уровне физической подготовленности выпускников массовых школ, а среди выпускников спецшкол-интернатов этот процент еще ниже, что недопустимо, так как в решении многочисленных проблем детей-инвалидов процесс повышения их двигательной активности и уровня физической подготовленности посредством систематической целенаправленной коррекционной работы – одно из ведущих условий подготовки детей к жизни и трудовой деятельности, процессам их реабилитации и интеграции в современное цивилизационное общество.

#### Список литературы

1. Безруких М.М. Здоровьесберегающая школа. – М.: Московский психолого-социальный институт, 2004. – 240 с.
2. Ишмухаметов М.Г. Физическая подготовленность учащихся 7–16 лет в зависимости от экологических особенностей среды обитания (на примере г. Перми) // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2004. – № 5. – С. 40–43.
3. Ишмухаметов М.Г. Физическое состояние учащихся 1–4 классов общеобразовательных школ, расположенных в различных зонах экологической нагрузки Пермской области // Совершенствование структуры и содержания начального общего образования: сб. мат-лов межрегиональной науч.-практ. конференции. – Пермь, 2005. – С. 78–82.
4. Комков А.Г. Развитие исследований по международной программе «Здоровье и поведение школьников» // Здоровье и поведение школьников: труды международного симпозиума. 27–29 мая 2004. – СПб.: НИИФК, 2004. – С. 10–20.
5. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1–11 классов / В.И. Лях, А.А. Зданевич. – М.: Просвещение, 2005. – 127 с.