ПРИМЕНЕНИЕ ДВИГАТЕЛЬНОЙ РЕАБИЛИТАЦИИ В РАБОТЕ С ДЕТЬМИ С ДЕТСКИМ ЦЕРЕБРАЛЬНЫМ ПАРАЛИЧОМ

Глазырина Ираида Александровна
старший преподаватель кафедры спортивных дисциплин, институт физической культуры и спорта, Саратовский национальный исследовательский государственный университет имени Н.Г. Чернышевского, Саратов
e-mail syrok89@bk.ru
Водолагина Ирина Юрьевна
кандидат педагогических наук, доцент кафедры спортивных дисциплин, институт физической культуры и спорта, Саратовский национальный исследовательский государственный университет имени Н.Г. Чернышевского, Саратов
e-mail vodolagina.i@gmail.com

Аннотация. В статье рассматриваются возможности поиска новых форм обучения, воспитания, реабилитации детей и подростков с ограниченными возможностями здоровья в процессе обучения, во внеурочной деятельности с использованием ресурсов дополнительного образования и активного вовлечения в занятия физической культурой и спортом.

Ключевые слова: детский церебральный паралич, физическая культура, ДЮСАШ «РиФ».

THE USE OF MOTOR REHABILITATION IN THE WORK WITH CHILDREN WITH CEREBRAL PALSY

I. A. Glazyrina
Senior lecturer of the Department of sports disciplines, Institute of Physical Culture and Sports of the N.G. Chernyshevsky Saratov State University
e-mail syrok89@bk.ru
I.Y. Vodolagina
Cand. of pedagogical sciences Associate Professor of the Department of Sports Disciplines, Institute of Physical Culture and Sports of the N.G.Chernyshevsky Saratov State University
e-mail vodolagina.i@gmail.com

Abstract. The article discusses the possibility of finding new forms of education, upbringing, rehabilitation of children and adolescents with disabilities in the learning process, in extracurricular activities using the resources of additional education and active involvement in physical culture and sports.

Key words: children's cerebral palsy, physical education, DYUSASH «Reef».

В настоящее время невозможно представить современное общество без уважения прав и свобод каждого отдельного человека, активного вовлечения всех граждан в различные виды деятельности, обеспечения необходимых гарантий безопасности, свободы и равноправия. «Перед нашим обществом стоит проблема вовлечения лиц с ограниченными возможностями здоровья в социум, их активной адаптации, социализации и развития в рамках общества и на благо общества» [Корнеева, 2012: 112].

В связи с этим не теряет своей актуальности требование поиска новых форм обучения, воспитания, реабилитации детей и подростков с ограниченными возможностями здоровья (далее - ОВЗ) не только в процессе обучения, но и во внеурочной деятельности с использованием ресурсов дополнительного образования и активного вовлечения в занятия физической культурой и спортом. Активизация работы с инвалидами средствами

физической культуры и спорта имеет большое социальное значение и способствует гуманизации самого общества [Колобков, Евсеев, Томилова: 2013].

Среди детей с ОВЗ особое место занимают дети с нарушением опорно-двигательного аппарата. Самую многочисленную группу среди тех, кто относится к категории лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата, составляют люди с ДЦП. Детский церебральный паралич (ДЦП) — это тяжелое заболевание нервной системы, которое нередко приводит к инвалидности ребенка. [Левченко, Приходько: 2001: 4]. Двигательные расстройства сочетаются с отклонениями в развитии сенсорных функций, познавательной деятельности и речи. К личностным особенностям таких обучающихся можно отнести отсутствие чувства самоуверенности и самодостаточности.

Для нарушений функций опорно-двигательного аппарата характерны ограниченная двигательная активность, гиподинамия и гипокинезия, которые отрицательно влияют на общее состояние отдельных органов и систем, особенно сердечно-сосудистой и дыхательной, снижают сопротивляемость организма к различным заболеваниям, повышают утомляемость.

«Психофизические особенности обучающихся с нарушениями опорно-двигательного аппарата сочетаются с тем, что они имеют: снижение объема оперативной памяти; трудности сочетания мыслительной и речевой деятельности (частичное блокирование мыслительных процессов во время письма или разговора); трудности осмысления и запоминания; нарушения связи между словами и их значением; частое произнесение неправильных или несоответствующих слов; пропускание слов во время чтения или слушания; забывание инструкций: быструю утомляемость и сложности поддержки концентрации; ошибки в восприятии речи; возможные проблемы в зрительных, слуховых и двигательных умениях или процессуальные трудности во всех них» [Соснин, 2014: 23].

Огромный опыт успешной спортивно-реабилитационной работы накоплен в уникальном учреждении - ДЮСАШ «РиФ», которое действует в г. Саратове с 1994 года. [ГБУ ДО СО ОК ДЮСАШ «РиФ». Официальный сайт. [Электронный ресурс].

Государственное учреждение Областная комплексная детско-юношеская спортивно-адаптивная школа Реабилитация и физкультура (ДЮСАШ Риф) - структурное подразделение министерства здравоохранения и социальной поддержки Саратовской области. Возглавляет ее Борисовская Светлана Алексеевна.

В соответствии с областными целевыми программами в ДЮСАШ открыты филиалы в 14 городах области: Аткарске, Балаково, Балашове, Вольске, Ершове, Калининске, Красноармейске, Марксе, Петровске, Пугачёве, Ртищево, Саратове, Хвалынске, Энгельсе и пгт Базарный Карабулак.

Главной задачей школы является реабилитация инвалидов с поражением опорно-двигательного аппарата, нарушением зрения, слуха и интеллекта

средствами физической культуры и спорта, совершенствование их спортивного мастерства.

В школе открыты 118 групп; в них проводятся учебно-тренировочные занятия по 11 видам спорта: плаванию, легкой атлетике, настольному теннису, пулевой стрельбе, спортивной игре бочче, спортивной игре дартс, греко-римской борьбе, дзюдо, лыжным гонкам, конному спорту, новусу.

ДЮСАШ «РиФ» имеет в оперативном управлении спортивно-оздоровительный комплекс, в котором располагаются 2 спортивных зала, тренажерный зал, зал лечебной физкультуры, плавательный бассейн для детей младшего возраста, восстановительный центр.

Тренировочные занятия проводятся также на 17-и арендуемых спортсооружениях, в том числе 3-х спортивных залах физкультурно-оздоровительных комплексов районов области, 1-м легкоатлетическом манеже в Саратове, 2-х стрелковых тирах в Саратове и Энгельсе, 11-и плавательных бассейнах: двух 50-ти метровых бассейнах в г. Саратове и в г. Балаково, девяти 25-метровых бассейнах в Саратове, Аткарске, Балашове, Вольске, Марксе, Ртищево, Пугачеве, Энгельсе и Хвалынске.

К достижениям спортивно-адаптивной школы «РиФ» за годы непрерывной работы можно отнести: полную реабилитацию 334 инвалидов; около 1000 человек научились плавать и около 100 самостоятельно передвигаться. В школе подготовлены: 13 заслуженных мастеров спорта, 14 мастеров спорта международного класса, 47 мастеров спорта России, 43 кандидата в мастера спорта, 51 спортсменов I разряда, 605 спортсмена массовых разрядов; завоевано на соревнованиях различного уровня порядка 3393 медалей различного достоинства. С 2000 года воспитанники школы принимают участие в Паралимпийских играх и с 2009 г. - в Сурдолимпийских. Школа воспитала 15 паралимпийцев и 6 сурдолимпийцев, которые завоевали 64 медали различного достоинства. В 2017 году воспитанники школы приняли участие в 46 соревнованиях, из которых 11 - международные. Всего спортсменами завоевано 343 медалей: 130 золотых (из них 15 медалей международных соревнований), 117 серебряных (из них 6 медалей международных соревнований), 96 бронзовых (из них 4 медали международных соревнований). Сборная команда ДЮСАШ выезжает на Чемпионаты и Первенства России по плаванию, пулевой стрельбе, настольному теннису, лёгкой атлетике, спортивной игре дартс, дзюдо, греко-римской борьбе, на всероссийские фестивали и спартакиады. А ведущие спортсмены выезжают на международные соревнования, чемпионаты Европы и Мира.

Количество детей занимающихся в ДЮСАШ «РиФ» за 5 лет увеличилось с 994 до 1094 человек. За последние 5 лет полностью реабилитированы 54 человека. Появились четыре новые спортивные дисциплины: лыжные гонки, конный спорт, спортивные игры бочча и новус. Ежегодно проходят: областная спартакиада, областной фестиваль и областной праздник, посвященный Дню инвалида, где принимают участие все учащиеся школы.

В учреждении под постоянным контролем тренеров и спортивных врачей внедряется программа с учетом индивидуальных особенностей ребенка; без таких программ невозможна подготовка спортсменов-инвалидов высокого класса.

Большие успехи дети с ограниченными возможностями достигают у тренера Борисовой Т.С., которая занимается с детьми с различными диагнозами, а так же и с церебральными поражениями опорно-двигательного аппарата, такими как: нарушение опороспособности, равновесия, вертикальной позы, ориентировки в пространстве координации микро и макромоторики; остеохондроз, мышечная гипотрофия, остеопороз, контрактуры; дисгармоничность физического развития; нарушения сердечно-сосудистой и дыхательной систем, заболевания внутренних органов; нарушения зрения, слуха, интеллекта; детский церебральный паралич (ДЦП). Т.С. Борисова при работе с такими детьми всё внимание направляет на выявление их потенциальных возможностей и формирование таких мотивов деятельности, которые им близки и понятны. Средствами лёгкой атлетики, гимнастики и других физических упражнений она добивается большого прогресса в работе с детьми с нарушением опорно-двигательного аппарата.

В занятия с такой категорией детей тренер обязательно включает упражнения общей физической подготовки, направленные на укрепление и развитие различных групп мышц; упражнения как с предметами (гимнастические палки, мячи, обручи, дополнительные отягощения), так и без них. Такие физические упражнения дают возможность развивать мышечную силу, подвижность в суставах, координацию движений. Используются дыхательные упражнения для расслабления мышц, для формирования функций равновесия и прямостояния, для формирования свода и подвижности стопы, а также упражнения для развития пространственной ориентировки и точности движений. Опираясь на свой богатый профессиональный опыт, знания и интуицию, Борисова планирует занятия со своими воспитанниками, включает в них: ходьбу, бег; общеразвивающие упражнения, упражнения на координацию; силовые упражнения (приседания, подъемы конечностей и туловища, сгибание и разгибание рук в упоре лежа, подтягивания, нашагивания на опору, упражнения с утяжелителями, упражнения на тренажерах и т.д.), растяжку, а также такие упражнения как: наклоны, выпады, круговые вращения в отдельных суставах, махи и т.д.; массаж «слабых, проблемных зон» после тренировки.

Задачей индивидуальных занятий является выработка у ребёнка психологической уверенности в своих силах, собственной полноценности, помощи в овладении навыками самообслуживания, создании правильной учебно-трудовой ориентации. В индивидуальных занятиях велика роль родительской поддержки и помощи психолога. Длительность занятия - 35 минут.

Групповые занятия проводятся систематически, не менее 3-х раз в неделю и довольно продолжительное время. Целью их является процесс

состязательности в коллективе. Очень важен эмоциональный фон занятий, с этой целью тренер-преподаватель использует музыкальное сопровождение. Музыка способствует успокоению, расслаблению, освоению ритмичных и плавных движений. Когда дети вместе играют, то на фоне положительного эмоционального состояния и соревновательного момента, они часто выполняют движения, которые в обычных условиях им недоступны. Кроме того тренер, дети и родители становятся единым коллективом: вместе отмечают праздники, дни рождения, вместе радуются и сопереживают друг другу.

«Выполнение одного и того же упражнения с различными амплитудами, дозировками и скоростными режимами позволяет рассматривать варианты их выполнения в качестве самостоятельных упражнений. В их различных модификациях мы можем решать самые разнообразные задачи по развитию физических качеств и формированию навыков. Поэтому упражнения, выполняемые в различных скоростных режимах и с различными дозировками, в одном случае являются общеразвивающими, а в другом – специальными» [Лобачев 2005].

Реализация всех методик лечебной физической культуры осуществляется строго с соблюдением принципов: 1) регулярности, систематичности и непрерывности выполнения упражнений; 2) доступности и индивидуализации упражнений лечебной физической культуры в соответствии со стадией заболевания, его тяжестью, возрастом ребенка, его психическим развитием, 3) постепенности и строгой дозированности увеличения физических нагрузок.

Для занятий с детьми, с заболеванием церебральным параличом нужно использовать физические упражнения:

1) на гибкость, для снятия напряжения в мышцах, увеличения амплитуды движений;

2) на выносливость, для поддержания эффективности функционирования сердечно-сосудистой и дыхательной систем;

3) на развитие мышечной силы, упражнения на сопротивление с постепенным увеличением нагрузки;

4) упражнения взаимного влияния для укрепления ведущих и антагонистических групп мышц;

5) на координацию для обучения нормальной ходьбе и движениям;

6) для развития чувствительности мышц, для выработки силы, дающей возможность регулировать определенный участок мышцы;

7) для улучшения функционального состояния нервной ткани посредством тренировки чувствительности нервов;

8) на расслабление, для устранения спазмов, напряженности и судорог;

9) тренировка органов чувств, упражнения для стимулирования органов чувств через повышение чувствительности мышц.

При работе с детьми важно строгое соблюдение специфических принципов физического воспитания, и таких как принципа постепенного наращивания развивающе-тренирующих воздействий и принципа доступности и индивидуализации. Упражнения должны быть подобраны так, чтобы

оставлять возможность выбора движений, соответствующие силе больного ребенка.

Вначале занятия перед каждым воспитанником тренер ставит конкретные задачи, включающие оздоровительную, образовательную и воспитательную направленность.

Разработанная методика физкультурно-оздоровительных занятий основана на применении ЛФК. Особенности методики: строгое дозирование физических нагрузок в сочетании с систематическим контролем за занимающимися, постепенное увеличение доли средств физической культуры по сравнению с другими в ходе занятий.

Реабилитация детей с церебральным параличом требует учета всех особенностей ребёнка. Работать с ним необходимо индивидуально, в соответствии с индивидуальными особенностями и одновременно по всем направлениям. Чем раньше начато адекватное и регулярное лечение, тем лучше результат. Такие заболевания как ДЦП неизлечимы, но средствами физической культуры можно добиться социализации ребёнка, повышения качества жизни инвалида. При поражении опорно-двигательного аппарата в менее тяжёлой степени, с помощью физических упражнений можно добиться не только улучшения состояния здоровья и качества жизни, но и достичь высоких спортивных результатов, что вот уже 20 лет демонстрирует Саратовская областная школа ДЮСАШ «РиФ».

Студенты, обучающиеся по профилю «Физическая культура», во время прохождения педагогической практики могут получить важные практические знания о том, как правильно организовать работу со спортсменами с ограниченными возможностями здоровья и инвалидностью. Это особенно важно в настоящее время в связи с внедрением инклюзивного образования практически во все образовательные учреждения города и области.

Библиографический список

Корнеева Н.Ю. Некоторые аспекты инклюзивного профессионального образования для людей с ограниченными физическими возможностями // Специальное образование. 2012. № 1. С 64-71.

Колобков П.Н., Евсеев С.П., Томилова М.В., Малиц В.Н. О создании условий для занятий физической культурой и спортом для лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов //Адаптивная физическая культура. Электронный журнал. 15.12.2014. [Электронный ресурс]. URL: http://sportfiction.ru/articles/o-sozdanii-usloviy-dlya-zanyatiy-fizicheskoy-kulturoy-i-sportom-dlya-lits-s-ogranichennymi-vozmoz (дата обращения: 20.02.19).

Левченко И.Ю., Приходько О.Г. Технологии обучения и воспитания детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата: Учеб. пособие для студ. сред. пед. учеб. заведений. М.: Издательский центр «Академия», 2001. 192 с.

Лобачев В.С. Физические упражнения для развития мышц задней поверхности бедра. М: Изд-во «Советский спорт», 2006. 120 с.

Соснин В.П. Влияние оздоровительной физической культуры на

организм: Учебно-методическое пособие для студентов / Рубцовский индустриальный институт. Рубцовск. 2014. 51 с.

ГБУ ДО СО ОК ДЮСАШ "РиФ». Официальный сайт. [Электронный ресурс]. URL: http://www.social.saratov.gov.ru/social_state_institutions/uchrezhd_reabilit_socadaptacii_invalidov/dusash_rif/informacija_o_postavshhike_socialnyh_uslug/obshchaya_informatsiya/ (дата обращения: 20.02.19).

ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ ЗАНЯТИЙ ПРИ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММ КОРРЕКЦИОННЫХ КУРСОВ ДЛЯ СЛАБОВИДЯЩИХ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ

Кудрина Светлана Владимировна,
канд. пед. наук, доцент кафедры олигофренопедагогики,
Институт и реабилитации, Российский государственный педагогический университет имени А.И. Герцена, Санкт-Петербург, Россия
e-mail: svetlana_kudrina@mail.ru
Абикова Алена Константиновна,
методист ГБУ ДППО ЦПКС «Информационно-методический центр» Фрунзенского района Санкт-Петербурга, Санкт-Петербург, Россия
e-mail: elena.abikova@yandex.ru

Аннотация. Статья освещает аспекты организации коррекционной работы со слабовидящими младшими школьниками в условиях общеобразовательной организации с учетом требований Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья.

Ключевые слова: коррекционный курс, коррекционное занятие, слабовидящие школьники, программа, реализация, коррекция, нарушения зрения, ограниченные возможности здоровья

FEATURES OF THE ORGANIZATION OF CLASSES IN THE IMPLEMENTATION OF PROGRAMS OF REMEDIAL COURSES FOR VISUALLY IMPAIRED YOUNGER STUDENTS

S.V. Kudrina,
Ph.D., Associate Professor, Russian State Pedagogical University of A.I. Herzen,e-mail: svetlana_kudrina@mail.ru
A.K. Abikova,
Methodist of “The Information and Methodology Centre” of the Frunzenskiy District of Saint-Petersburg, Saint-Petersburg, Russia
e-mail: elena.abikova@yandex.ru

Abstract. The article highlights the aspects of the organization of correctional work with visually impaired younger students in a General educational organization, taking into account the requirements of the Federal state educational standard of primary General education of students with disabilities.

Key words: correctional course, remedial lesson, visually impaired students, program, implementation, correction, visual impairment, limited health opportunities

Современному этапу развития начального образования с введением федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья свойственна вариативность содержания образования, что способствует