

УДК 797.2

ИССЛЕДОВАНИЕ ВОПРОСА ОБ ОБУЧЕНИИ ПЛАВАНИЮ ДЕТЕЙ-ИНВАЛИДОВ

© А.М. Фетисов

Fetisov A.M. On the problem of swimming trainings of the disabled children. The article gives the analysis of investigations in this sphere for the last 10 years. The author reveals the peculiarities of swimming trainings of the disabled children from various nosological groups. The ways for optimization of the process of swimming trainings are established. The project of the swimming curriculum structure and content for students on the major 0225000 "Physical training for people with health deficiencies (adaptive physical culture)" is presented in the article.

Отношение к инвалидам в нашей стране за последнее десятилетие меняется, причем как со стороны власти, так и в обществе в целом. Подтверждений этому множество. В СМИ озвучиваются проблемы, о которых еще недавно активно пытались умалчивать: о количестве инвалидов в России, их социально-экономическом положении и статусе, социальной адаптации, оздоровлении и реабилитации, адаптивной физической культуре, спорте инвалидов и параолимпийском движении. Все эти вопросы требуют создания эффективных программ для работы с данной категорией граждан.

По телевидению демонстрируются передачи об инвалидах, их жизненных проблемах, спортивных достижениях (примером может служить более чем успешное выступление российских параолимпийцев в Турине). Общество протягивает руку поддержки некогда «изгоям» общества, в силу разных обстоятельств не имеющих возможности быть равноправными гражданами гражданского общества.

За последние 8–10 лет в научных кругах значительно возрос интерес к вопросам адаптивной физической культуры, в частности, к адаптивному плаванию (плавание для лиц с отклонениями в состоянии здоровья).

Д.Ф. Мосунов и В.Г. Сазыкин доказали возможность обучать плаванию детей-инвалидов с поражением опорно-двигательного аппарата, отклонениями в умственном развитии и разнообразными комплексами отклонений от нормы не только в специальных лечебных бассейнах при поликлиниках или стационарах, но и в бассейнах типа «лягушатник», крытых и открытых спортивных плавательных бассейнах, в том числе и на открытых водоемах.

Д.Ф. Мосунов и В.Г. Сазыкин проанализировали, систематизировали и обобщили существующие в научной и специальной литературе знания об особенностях различного рода взаимодействия людей в условиях окружающей водной среды, результаты проводимых научных исследований, педагогических и специальных экспериментов, доказывающих принципиальную возможность обучения плаванию ребенка с любыми нарушениями и поражениями. При этом происходит положительное, качественно новое повышение уровня его физического, интеллектуального и психического развития, например, зафиксированы факты, когда 10–12-летние дети в результате занятий плаванием

впервые в жизни начинают ходить, говорить, переходят на самообслуживание в домашних, учебных и общественных условиях.

Таким образом, сфера применения плавания при медицинских показаниях многообразна и является предметом исследования многих авторов.

Исследования, проведенные С.Ф. Курдыбайло и В.Г. Богатых, показали, что при невысоком уровне ампутации плавание способствует повышению функциональных возможностей сердечно-сосудистой системы, нарастанию парасимпатической регуляции, что в целом отражает увеличение резервных возможностей организма. У инвалидов с высоким уровнем ампутации не происходит существенных сдвигов центральной гемодинамики и вегетативной регуляции, что обусловлено глубокими морфофункциональными изменениями со стороны системы кровообращения.

Объектом многолетних исследований Я.А. Смекалова являлось начальное обучение плаванию слабослышащих детей младшего школьного возраста. В своих исследованиях автор раскрыл особенности психофизического развития слабослышащих детей младшего школьного возраста, их влияние на процесс обучения, а также влияние занятий плаванием на организм ребенка с учетом возрастных особенностей. Обобщил основные методики обучения плаванию слышащих детей младшего школьного возраста, выделил особенности организации обучения слабослышащих детей данной возрастной группы. Представил экспериментальную программу начального обучения плаванию слабослышащих детей младшего школьного возраста, в которой раскрыл особенности физического развития слабослышащих детей, сложности в освоении ими навыков плавания. Описал применение игрового метода.

Исследования Ю.А. Орешкиной направлены на особенности обучения плаванию детей-инвалидов с односторонней ампутацией нижней конечности (с сохраненным интеллектом). Раскрыты вопросы, касаемые плавания в адаптивной физической культуре и в комплексной реабилитации инвалидов с поражением опорно-двигательного аппарата, а также особенностей физического развития детей-инвалидов данной нозологической группы. Проведен анализ методик обучения плаванию здоровых детей 8–11 лет и их применение для обучения детей инвалидов с односторонней ампутацией.

тацией нижних конечностей. Автором изучены особенности проведения занятий в зале «сухого плавания», специфика начального обучения и обучения спортивным способам плавания детей-инвалидов с односторонней ампутацией нижних конечностей в возрасте 8–9 лет. Разработаны методики начального обучения и обучения спортивным способам плавания, технике стартов и поворотов. Рассмотрены особенности изменения эмоционального состояния, физического развития и функциональных показателей детей-инвалидов данной нозологической группы под влиянием занятий по обучению спортивным способам плавания, выявлены особенности организации и планирования занятий в условиях глубокого и мелкого бассейнов.

С.Л. Шпак исследовал вопросы индивидуального обучения плаванию детей с последствиями детского церебрального паралича. Занимался моделированием развития координационных способностей ребенка-инвалида в условиях водной среды. Рассматривал способность как дидактическое свойство активности ребенка, дидактические модели предполагаемых двигательных действий ребенка-инвалида, критерии оценки активности ребенка с тяжелыми последствиями церебрального паралича, соответствие предполагаемых двигательных действий ребенка-инвалида средствам и методам начального обучения плаванию. Проводил исследования двигательных действий детей с тяжелыми последствиями церебрального паралича в водной среде. Изучал характер двигательных действий детей-инвалидов на первых занятиях по начальному обучению плаванию; основные средства повышения двигательной активности ребенка с тяжелыми последствиями церебрального паралича в условиях водной среды. Проводил мониторинг сердечного ритма с использованием компьютерного комплекса Polar. Разработал и предложил методику индивидуального обучения плаванию детей с тяжелыми последствиями церебрального паралича. Исследовал проявление активности ребенка с церебральным параличом в форме «двойная гемиплегия», «спастическая диплегия», «гемипареза», «гиперкинеза», «атонически-астатической / мозжечковой» в условиях водной среды.

Вопросами адаптивного плавания занимались еще в 60–70-х гг. прошлого века. Э.П. Бебриш с 1963 по 1973 г. на базе Стиклинской вспомогательной школы проводил исследования с учащимися, которые занимались плаванием. В процессе этих исследований автор установил, что у детей с нарушением интеллекта, занимающихся плаванием, разница в темпе движений по сравнению с нормальными детьми минимальна. У детей с осложненной формой олигофрении после нескольких лет занятий плаванием темп движений приближается к темпу движений умственно отсталых детей, имеющих легкую степень отсталости. В работе Э.П. Бебриша были использованы 15 тестов, на основании которых автор пришел к выводу, что у детей, привлеченных к занятиям плаванием, все исследуемые показатели гораздо выше, чем у тех, кто не занимался плаванием. У учащихся вспомогательной школы, занимающихся плаванием, быстро улучшается координация движений, легко усваиваются простые движения, а для усвоения сложных движений им требуется значительно меньше времени. Умственно отсталые дети-пловцы быстрее достигают автоматизации движений. По окон-

чании исследования автор сделал заключение, что дополнительные дозированные занятия плаванием создают условия для лучшего освоения профессиональных навыков умственно отсталыми детьми.

С 1983 по 1987 г. на базе Запорожской специальной школы проведена исследовательская работа В.Н. Зайцевой «Коррекционное значение плавания в процессе физического воспитания глухих школьников младших классов». Используя 13 тестов, автором изучено влияние уроков плавания на совершенствование двигательной сферы, физического развития, физической подготовленности и функционального состояния кардиореспираторной системы глухих учащихся младшего школьного возраста. Предложенные специальные приемы и методы обучения плаванию, разработанные с учетом особенностей познавательной деятельности и двигательной сферы глухих детей, способствуют повышению уровня их физического развития и более эффективному формированию двигательных навыков.

В свете работ последнего времени можно считать весьма вероятной возможность повышения эффективности физического воспитания учащихся вспомогательных школ за счет использования занятий физическими упражнениями, в том числе и плавания. Занятия плаванием могут оказаться для детей с нарушением интеллекта и слуха благоприятным фактором развития моторики и реализации двигательных переключений, стимулирующее влияние которого на организм именно для этой категории является особенно ценным.

Эффективность гидрореабилитации в системе занятий АФК определяется деятельностью специалиста. Его знания в области использования закономерностей, свойств и явлений, взаимоотношений человека и водной среды обеспечивают передачу и усвоение теоретических знаний и практических умений в процессе формирования и совершенствования личности с целью развития общественной и двигательной активности ребенка-инвалида. Из анализа литературных источников видно, что многолетний опыт педагогической водной реабилитации подтверждает возможность в любом возрасте обеспечить формирование и становление качественно нового уровня жизненного самообеспечения ребенка, в том числе с тяжелой степенью поражения.

Но, к нашему глубокому сожалению, до сих пор во многих регионах России испытывается недостаток квалифицированных кадров в этой области.

С 2003 г. нами ведутся исследования, которые направлены на выявление и обобщение имеющихся программ, разработок, методик начального обучения плаванию инвалидов разных нозологических групп. Обобщенные сведения лягут в основу методики подготовки специалистов по адаптивному плаванию. Цель исследования – разработать структуру и содержание рабочей программы по плаванию для студентов по специальности 022500 – «Физическая культура для лиц с отклонением в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)». Предполагаемая программа будет содержать разработанный курс лекций, тематику семинарских и практических занятий, поурочный план обучения, организационно-методические особенности начального обучения плаванию нескольких нозологических групп, зачетные требования, распределение учебного материала по плаванию на пять семестров и

основные аспекты применения игрового метода на занятиях плаванием.

В силу того, что при подготовке специалистов по АФК вопросы специальных дисциплин, в частности плавания, на наш взгляд, освещены недостаточно полно, предполагается, что разработка и рациональное использование экспериментальной учебной программы

по плаванию для студентов АФК позволит будущим специалистам успешно овладеть методикой обучения плаванию детей-инвалидов в условиях неглубокого бассейна.

Поступила в редакцию 15 июня 2006 г.