

РОЗДІЛ V

СТАН, ПРОБЛЕМИ, ПЕРСПЕКТИВИ РОЗВИТКУ АДАПТИВНОЇ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ

СТАН, ПРОБЛЕМИ, ПЕРСПЕКТИВИ РОЗВИТКУ АДАПТИВНОЇ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ

Олена Кухаренко, Яніна Воевода

*Полтавський національний педагогічний університет
імені В. Г. Короленка*

Останніми роками в Україні значно зростає кількість людей з вадами фізичного розвитку, яким складно адаптуватися до умов життя в сучасному суспільстві. Сучасний стан нашого суспільства вимагає гуманізації всіх аспектів його життя. У зв'язку з цим особлива увага повинна бути приділена особам, що мають недоліки розумового і фізичного розвитку. Зважаючи на те, що кількість інвалідів зростає швидкими темпами, при чому, як за абсолютною величиною, так і за питомою вагою у повному складі популяції, мінімізація кількості неповносправних та процеси їх адаптації, інтеграції у суспільство та реабілітації мають величезне значення. У даній статті наголошено на необхідності розвитку та поширення занять адаптивною фізичною культурою серед людей з фізичними вадами та на створенні належних умов для повноцінного життя таких людей у суспільстві.

Поряд із такими шляхами соціальної адаптації (зниження соціальної дезадаптованості інвалідів), як підвищення матеріального забезпечення, працевлаштування, освіта, побут, одним із дієвих шляхів є залучення їх до систематичних занять адаптивною фізичною культурою (АФК) і адаптивним спортом (АС). Це дозволить їм оптимізувати свої функціональні показники в залежності від ступеня інвалідизації, компенсувати недостатність комунікації, підвищити свій соціальний статус, оскільки саме рух здійснює безпосередньо той зв'язок інваліда із навко-

лишнім світом, що лежить в основі розвитку його психічних поглядів і організму в цілому, забезпечуючи розвиток рухового апарата, зміцнюючи здоров'я, підвищуючи працездатність організму. Адаптивна фізична культура і спорт сприяють згладжуванню і подоланню безлічі відхилень.

Фізична культура має великі можливості для корекції й удосконалювання моторики неповносправних, особливо дітей. Значне число фізичних вправ і варіативність їх виконання дозволяють робити добір доцільних сполучень для кожного окремого випадку. Це й обумовлює перевагу засобів фізичного виховання перед відбудовною трудотерапією.

Головними причинами недостатнього розвитку засобів АФК інвалідів є необізнаність громадськості у проблемах неповносправних і необхідності створення для них умов «рівної особистості», практична відсутність спеціалізованих спортивних споруд, інвентарю та обладнання, невирішеність проблем пристосування архітектурного середовища, доріг та транспорту, недостатність професійних організаторів і тренерів зі спеціальною освітою, відсутність цільового фінансування фізкультурно-оздоровчої роботи, недостатність науково-методичного та інформаційного забезпечення та інші. Усвідомлення спеціальних умов, які б дозволили їм приділяти більше уваги вдосконаленню форм і режимів їх індивідуальної рухової і соціальної активності є визначальним у розвитку фізичних і моральних якостей інвалідів.

Виходячи з вищезгаданого, а також необхідності оптимізації процесу соціальної адаптації та інтеграції неповносправних у суспільстві, науково-теоретичного обґрунтування подальшого розвитку адаптивної фізичної активності інвалідів в Україні актуальною є проблема розробки концептуальної моделі використання адаптивної фізичної культури у процесі їх соціальної інтеграції та адаптації.

Адаптивна фізична культура інтенсивно досліджується в останні роки і передбачає наукове обґрунтування широкого спектра проблем: нормативно-правового забезпечення навчально-тренувальної та змагальної діяльності; управління навантаженням і відпочинком; фармакологічної підтримки спортсменів-інвалідів у періоди граничних і біля граничних фізичних і психічних напруг; нетрадиційних засобів і методів відновлення; соціалізації та комунікативної діяльності; техні-

ко-конструкторської підготовки як нового виду спортивної підготовки і багатьох інших [2; 46].

У фізичній реабілітації адаптивної фізичної культури акцент робиться на пошук нетрадиційних систем оздоровлення осіб з обмеженими можливостями здоров'я, орієнтуючись, перш за все, на технології, що сполучають фізичний (тілесний) і психічний (духовний) початки людини і орієнтуються на самостійну активність (різні способи психосоматичної саморегуляції, психотерапевтичні техніки та ін.).

Досліджуються біологічні та соціально-психологічні ефекти від застосування рухових дій, пов'язаних з суб'єктивним ризиком, але з гарантованою безпекою для тих які займаються і виконуються з метою профілактики депресії, фрустрації, різних соціально неприйнятних видів залежностей (від алкоголю, психоактивних речовин, азартних ігор та ін.).

Також знаходять наукове обґрунтування і технології, засновані на інтеграції рухової діяльності із засобами і методами мистецтва (музики, хореографії, пантоміми, малюнка, ліплення тощо) і передбачають витіснення зі свідомості учасників занять попередньої картини світу, поглинання їх новими враженнями, образами, активністю, занурення в діяльність, стимулюючи роботу ділянок мозку (його обох півкуль), всіх сфер людського сприйняття оскільки саме рух здійснює безпосередньо той зв'язок інваліда з навколишнім світом, що лежить в основі розвитку його психічних поглядів і організму в цілому. [3; 29]

Креативні види адаптивної фізичної культури дають можливість особам долати свої негативні стани (агресію, страх, відчуженість, тривожність та ін.); краще пізнати себе; експериментувати зі своїм тілом і рухом; отримувати сенсорне задоволення і радість відчуттів власного тіла.

Щодо перспектив розвитку АФК, то серед пріоритетних напрямків діяльності та розвитку адаптивної фізичної культури можна назвати наступні

- залучення якомога більшого числа інвалідів до занять фізичною культурою і спортом;
- фізкультурну освіту та інформаційно-пропагандистське забезпечення розвитку фізичної культури та масового спорту серед інвалідів;

- забезпечення доступності для інвалідів існуючих фізкультурно-оздоровчих і спортивних об'єктів;
- підготовка, підвищення кваліфікації та перепідготовка фахівців для фізкультурно-реабілітаційної і спортивної роботи з інвалідами;
- створення нормативно-правової бази розвитку фізичної культури і спорту інвалідів.

Таким чином, у ході низки теоретичних та емпіричних досліджень виявлено необхідність широкого застосування засобів адаптивної фізичної культури у соціальній інтеграції та адаптації людей з вадами фізичного та розумового розвитку. Проаналізовано проблеми розвитку АФК на сучасному етапі та визначено основні перспективні напрямки її розвитку. Підводячи підсумки, необхідно наголосити на тому, що впровадження АФК та залучення до адаптивного спорту якомога більшої кількості людей з вадами розвитку сприяє їх адаптації та інтеграції у суспільства, забезпечуючи створення дійсно повноцінної та активної нації.

Література:

1. Круцевич Т. Понятійно-категоріальний апарат адаптивного фізичного виховання / Т.Круцевич, Р.Чудна // Теорія і методика фізичного виховання і спорту. – 2005. – № 2-3.
2. Шляхи удосконалення фізкультурно-спортивної роботи з інвалідами в Україні / [С.Матвеев, І.Когут, Л.Радченко та ін.] // Теорія і методика фізичного виховання і спорту. – 2004. – № 2.
3. Озолина Е. «Адаптивная физическая активность» как новая дисциплина в семействе спортивных наук / Е. Озолина, В.Дмитриев, Н.Рубцова // Наука в олимпийском спорте: Спец. вып.– Киев : Олимпийская литература, № 2.– 2002.
4. Шапкова Л.В. Опорные концепции методологии адаптивной физической культуры / Л.В. Шапкова, С.П. Евсеев // Теория и практика физической культуры.– 1998.– № 1.