ВПЛИВ ЗАНЯТЬ СПОРТОМ НА РЕАБІЛІТАЦІЮ ТА ІНТЕГРАЦІЮ НЕПОВНОСПРАВНИХ ДІТЕЙ З СИНДРОМОМ ДАУНА

Байцар Ю.І., Зубрицький Л.С., Стефанишин О.М., Любіжанін Ю.Г.
Львівський державний інститут фізичної культури

Анотація. *У статті розглядається питання активних занять спортом неповносправних дітей з синдромом Дауна, а також вплив тренувального процесу і участі в змаганнях на їх реабілітацію і інтеграцію та ріст спортивної майстерності.* ***Ключові слова:*** *тренування, змагання, реабілітація, інтеграція.*

Аннотация. *В статье рассматривается вопрос активных занятий спортом детей - инвалидов с синдромом Дауна, а также влияние тренировочного процесса и участие в соревнованиях на их реабилитацию и интеграцию, а также рост спортивного мастерства.* ***Ключевые слова:*** *тренировка, соревнования, реабилитация, интеграция.*

Annotation. *The article is regarded to fissile playing sports of children - invalids with a Dawn syndrome , and also to the influence of training process and participation in competitions on their rehabilitation and integration, and also of sporting skill.* ***Key words:*** *training, competitions, rehabilitation, integration.*

Згідно інформації, наданої Всесвітньою Організацією Охорони Здоров'я, більшість 300 мільонів людей в усьому світі мають різноманітну ступінь затримки розумового розвитку, причиною чого можуть бути різноманітні генетичні фактори і умови навколишнього середовища [2]:

Зовнішні причини (80%):

- фізичні наслідки бідності, які включають недоїдання, невідповідний рівень медичного обслуговування, вплив топологічних факторів (отруєння ядохімікатами і ін.);
- ускладнення під час вагітності, включаючи вживання алкоголю або наркотиків;
- дитячі захворювання і травми, які призводять до пошкодження мозку та нервової системи.

Генетичні фактори (15%):

- синдром Дауна є найбільш відомою формою затримки розумового розвитку, зумовленого хромосомним відхиленням.

Інші фактори (5%) [2,3].

Серед захворювань, які зумовлені хромосомним відхиленням, найбільш відома хвороба Дауна, описана англійським лікарем більше ста років тому і названа його іменем.

Не дивлячись на те, що причини ураження нервової системи в усіх випадках хвороби Дауна в основному однакові, ознаки її різноманітні. Зовнішній вигляд хворої дитини настільки характерний, що дозволяє встановити діагноз, як правило, з моменту народження. Невеликий розмір голови з деяким сплощенням потилиці, близько розташовані очі, їх форма – монголоїдна, характерна форма носа і часто збільшений язик, який не вміщається у роті. Вуха малі, круглої або квадратної форми. Шия товста і коротка. Руки і ноги коротші звичних, до-

ле ні, стопні і пальці, особливо п'ятий, короткі і ін. проч. Нерідко у таких дітей рано виявляється ще й патологія внутрішніх органів (в основному шлунково-кишкового тракту, серцево-судинної системи і ін.).

В подальшому виявляється розумова затримка і деякі аномалії поведінки. Вказані типові прикмети далеко не завжди зустрічаються в комплексі – це буває в крайніх, найбільш важких випадках. Частіше виявляються лише деякі симптоми. При легших формах цієї хвороби розумовий і фізичний розвиток дітей здійснюється краще, хоча і з затримкою. Окремі хворі мають здатність навчатися в допоміжних школах, оволодівають основними життєвими навичками. Однак, у них, як правило, відсутнє абстрактне мислення, присутні дефекти мови і порушена координація рухів [5].

Зайва хромосома, яка є в генах цих людей спричиняє різноманітні психічні, розумові та фізичні розлади організму. Діапазон і глибина цих розладів такі широкі, а діагностування комплексного рівня захворювання є настільки складним, що навіть у високо розвинутих країнах медична наука не може похвалитися особливо великими досягненнями. Скоріше певних успіхів у вихованні хворих з синдромом Дауна досягли педагоги.

Враховуючи те, що в Україні немає науково обґрунтованої системи фізичного виховання і занять спортом як одного із засобів фізичної реабілітації дітей з синдромом Дауна, роботу треба починати фактично з нуля.

Отже, існуюча об'єктивна потреба в утворенні об'єднань, які б займалися даними дітьми і спонукала вперше в Україні утворити в м. Львові таке товариство, як "Довіра" (голова Л.О.Солтис) з науково обґрунтованою системою фізичного виховання. В цьому товаристві, діти з даним захворюванням проходять фізичну реабілітацію засобами фізичної культури і спорту, яка має приносити користь і удосконалювати фізичні, розумові, етичні і духовні якості, а також дає їм можливість стати повноправними членами суспільства.

Реабілітація неповносправних – це наука і мистецтво відновлення людини до рівня фізичної і розумової діяльності, яка включає в себе фізичну, психічну, трудову і соціальну реабілітацію [1]. Саме, фізична реабілітація дітей з вадами розумового розвитку є фундаментом у цій комплексній роботі, а систематичні тренування та участь у спортивних змаганнях не лише корисні, а й необхідні, та проводяться з метою реабілітації та розвитку адаптаційних можливостей. Систематичні тренування та участь у змаганнях позитивно впливають не лише на фізичний розвиток, але й на психічну діяльність таких дітей [2].

Метою нашого дослідження було визначити вплив систематичних тренувань на реабілітацію та інтеграцію дітей з синдромом Дауна, на їх фізичний розвиток, стан здоров'я, впевненість у собі і своїх силах, готовність самостійно приймати необхідні рішення, трудову діяльність.

Для вирішення даної проблеми при товаристві для дітей з синдромом Дауна за результатами тестування фізичної підготовки та медичного обстеження, що проводилося на базі фізкультурно-спортивного диспансера була створена група в кількості 6 юнаків віком 15-18 років, які систематично займалися легкою атлетикою (влітку) та лижним спортом (взимку). Безпосереднє керівництво тренувальним процесом і участь у змаганнях, а також практична допомога на-

лювалася Львівським державним інститутом фізичної культури, а саме кафедрою Олімпійського та професійного спорту, (завідувач кафедри Линець М.М., Передерій А.В.- координатор Спеціальної Олімпіади у Львівській області, а також кафедрою сезонних видів спорту (завідувач кафедри Зубрицький Л.С., Байцар Ю.І. – старший тренер Спеціальної Олімпіади України), а також студентами-практикантами ЛДІФК.

Поштовхом до таких активних занять спортом і участі у міжнародних змаганнях стало те, що у 2001 році товариство "Довіра" отримало запрошення вступити у Європейське товариство інтеграції неповносправних "Спортивні зустрічі друзів" керівництво яким здійснює "Карітас" (Австрія, м. Відень). Це товариство систематично (2 рази на рік) проводить Міжнародні змагання з багатоборства і легкоатлетичну естафету по країнах Європи. Починаючи з 2001року діти даного товариства систематично беруть участь у Міжнародних змаганнях, у тому числі у Всесвітніх літніх Спеціальних Олімпійських іграх в Ірландії (Дублін, 2003) і Всесвітніх зимових Спеціальних Олімпійських іграх в Японії (Нагано, 2005), де вибороли 2 золоті та 3 бронзові медалі, а також 11-ти міжнародних змаганнях, де ставали чемпіонами та призерами. Брали участь в трьох етапах естафети по країнах Європи:

1.Угорщина, Хорватія, Італія;

2.Греція, Болгарія, Румунія;

3.Румунія, Словаччина, Польща.

Також спортсмени брали участь у двох турнірах Спеціальних Олімпіад України:

2003р. – з лижних гонок (два І-их місця); 2004р. – з легкої атлетики (два І-их, три ІІ-их, одне ІІІ місце), а також у двох Регіональних Іграх Спеціальних Олімпіад Львівської області 2004 і 2005 років у змаганнях з легкої атлетики.

Проаналізувавши виступи у вище перелічених змаганнях та естафетах зазначеної групи неповносправних дітей з синдромом Дауна, можна стверджувати, що сама участь у подібних заходах є їх великою перемогою, а тренування і участь у змаганнях стало стимулом у житті.

За результатами наших спостережень і наукових досліджень можна сміливо стверджувати, що систематичні тренування і участь у спортивних змаганнях дітей з синдромом Дауна мають позитивний реабілітаційний і інтеграційний ефект та сприяють:

- значному покращенню спортивної майстерності, про що свідчать показані результати;
- покращенню фізичного розвитку та фізичних якостей (сили, витривалості, швидкості, а також координаційних можливостей);
- зміцненню здоров'я та загартуванню;
- впевненості в собі і своїх силах, а також соціальних можливостях і в повсякденному житті;
- розвитку готовності до трудової діяльності;
- розвитку здібностей для прийняття самостійних рішень;

- зміцненню дружніх стосунків і взаємовідносин зі спортсменами і членами сім'ї.

Література

1. Амосов Н.М., Бендет Я.А. Физическая активность и сердце. К.: Здоров'я, 1989.- 216с.

2. Бріскін Ю.А. Адаптативний спорт. Спеціальні Олімпіади: Навчальний посібник.- Львів: Ахілл, 2003.- 128с.

3. Спешиал Олимпикс Європа / Євразия. Буклет.