

ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ОБЕСПЕЧЕНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ПРИ ПРОВЕДЕНИИ ЗАНЯТИЙ ФЕХТОВАНИЕМ НА КОЛЯСКАХ С ПОДРОСТКАМИ С ПОРАЖЕНИЕМ ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬНОГО АППАРАТА

Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодёжи и туризма (ГЦОЛИФК), Москва
Russian State University of Physical Education, Sport, Youth and Tourism (SCOLIPE), Moscow



ГОРОХОВА

Наталья Петровна

Аспирант, gorokhova_natalia@mail.ru

GOROKHOVA Natalia

Post-graduate student

РУБЦОВА

Наталья Олеговна

Заведующая кафедрой теории и методики адаптивной физической культуры, кандидат педагогических наук, профессор

Ключевые слова: фехтование на колясках, факторы риска, безопасность, поражение опорно-двигательного аппарата, инвентарь, технические средства.

Аннотация. В статье описаны факторы риска на занятиях фехтованием на колясках с подростками с нарушениями функций опорно-двигательного аппарата и представлены выработанные меры обеспечения безопасности в учебно-тренировочном процессе.

RUBTSOVA Nataliya

Department of adaptive physical activity, head of department, PhD, professor

PEDAGOGICAL ASPECTS OF SAFETY DURING TRAINING FENCING WHEELCHAIR WITH ADOLESCENTS WITH DISORDERS OF THE MUSCULOSKELETAL SYSTEM

Keywords: fencing on wheelchairs, risk factors, safety, defeat of the musculoskeletal system, equipment, technical means.

Abstract. The article describes the risk factors in the classroom fencing in wheelchairs with adolescents with impaired functions of the musculoskeletal system and presents the developed measures to ensure safety in the training process.

Актуальность. Фехтование на колясках является очень динамичным видом спорта, предъявляющим высокие требования не только к физической подготовленности юных спортсменов с нарушениями функций опорно-двигательного аппарата, но также к их функциональной самостоятельности, как интегральному качеству, достигаемому за счет постоянного удовлетворения потребности адаптироваться к внешним условиям.

Опасность возникновения факторов риска в построении тренировочного процесса в фехтовании на колясках обусловлена особенностями средств данного спорта и контингента занимающихся [5]. В первую очередь по причине использования холодного оружия как средства фехтования и достижения спортивного результата. Во-вторых, особенности психофизического развития и характеристика психолого-педагогического состояния у подростков с ПОДА определяют

условия создания особых мер обеспечения безопасности на занятиях фехтованием на колясках в целях сохранения их здоровья.

Цель исследования – выявить факторы риска и определить методы обеспечения мер безопасности в процессе учебно-тренировочного занятия по фехтованию на колясках сподростками с ПОДА.

Организация исследования. Исследования проводились на базе школы-интерната №31 VI вида для детей с нарушениями функций опорно-двигательного аппарата в рамках работы секции по фехтованию на колясках. В эксперименте принимали участие 15 подростков. Согласно данным медицинских исследований, у десяти из них – спастическая диплегия, у остальных пяти – гемипаретическая форма ДЦП.

В анамнезе у подростков отмечены вторичные отклонения: нарушения осанки, плоскостопие, мышечные контрактуры в суставах верхних и нижних конечностей, а также сопутствующие заболевания: нарушение зрения, гипертония, дизартрия. Все подростки передвигаются самостоятельно, при этом 5 человек используют костыли-канадки. Возраст занимающихся составил 14–16 лет. Учебно-тренировочные занятия осуществляются в секционной форме, после урочных занятий в режиме дня школьников общеобразовательной коррекционной школы-интерната.

Методы исследования: анализ литературных источников по проблеме исследования, анализ медицинских карт, педагогическое наблюдение, опрос участников исследования.

Обсуждение результатов исследования. По данным опроса методистов, тренеров, родителей юных спортсменов и собственного эмпирического наблюдения были определены основные внешние и внутренние факторы риска в УТЗ фехтованием на колясках, а также их различное сочетание (Таблица 1). Организация учебно-тренировочных занятий фехтованием на колясках с юными спортсменами с ПОДА должна строиться на основе учета особенностей возрастного

развития, функционального и психического состояния подростков, связанного с особенностями заболевания.

В процессе проведения занятий высокие требования предъявляются также к экипировке (соответствие размеров защитных средств: фехтовальных масок, перчаток, костюма), состоянию оружия, коляскам, качеству крепежного оборудования.

К непредвиденным обстоятельствам возникновения риска мы отнесли такие факторы, как грубое обращение с оружием, некорректное действие по отношению к сопернику, применение запрещенных действий.

В обязанности тренеров на первом занятии входит ознакомление занимающихся с правилами техники безопасности в фехтовальном зале.

На основе выявленных факторов риска нами были выработаны меры обеспечения безопасности тренировочного процесса с юными фехтовальщиками на колясках (Рисунок 1).

Комплексная диагностика отклонений в развитии позволяет определить виды, степень нарушений у занимающихся, сопутствующие заболевания и вторичные отклонения, а также оценку физической подготовленности и функционального состояния подростков. К методам комплексной диагностики мы отнесли: анализ медицинских карт с заключением об отсутствии противопоказаний к занятиям фехтованием на колясках, анализ показателей контрольных нормативов по физической культуре, опрос родителей. Комплексная диагностика – начальный этап построения методики занятий, данные которой помогут распределить учеников на малые функциональные группы, что позволит дифференцировать средства и методы с оптимальным содержанием для каждой части занятия.

1. Психолого-педагогические особенности у подростков с церебральными параличами формируются под воздействием условий, заданных основной патологией (расстройства

Таблица 1 – Влияние последствий ошибочных действий на структуру деятельности экипажа

Внешние факторы	Внутренние факторы
– некачественная экипировка, инвентарь; – неисправность оборудования; – неудовлетворительное санитарно-гигиеническое состояние мест УТЗ; – отсутствие доступной среды внутри помещения	– наличие сопутствующих заболеваний и вторичных отклонений; – низкий уровень физической подготовленности, особенности функционального состояния; – быстрая утомляемость; – психологическая неустойчивость



Рисунок 1 – Факторы риска на занятиях фехтованием на колясках и меры обеспечения безопасности

двигательной функции) и определяются появлением специфических особенностей в развитии конкретной личности. Часто у таких подростков наблюдается выраженность астенических проявлений: повышенная утомляемость и истощаемость всех психических процессов [3], незрелость эмоционально-волевой сферы, внушаемость, эгоцентризм, инфантилизм. В условиях учебно-тренировочных занятий, где к ЦНС предъявляются высокие требования, повышенная эмоциональная возбудимость у подростков может проявляться в агрессивном поведении или двигательной расторможенности, а также реакцией протеста. Взаимодействие в таких условиях может быть усложнено трудностями речевого контакта [4]. Однако, подростки восприимчивы к смене условий, что значительно облегчает сохранение настроения и мотивации к занятиям [1]. Например, индивидуальный урок может завершиться «имитацией» фехтования с тренером на 1–2 минуты. Напротив, за агрессивное поведение тренер может отстранить от боевой практики на 1–2 занятия.

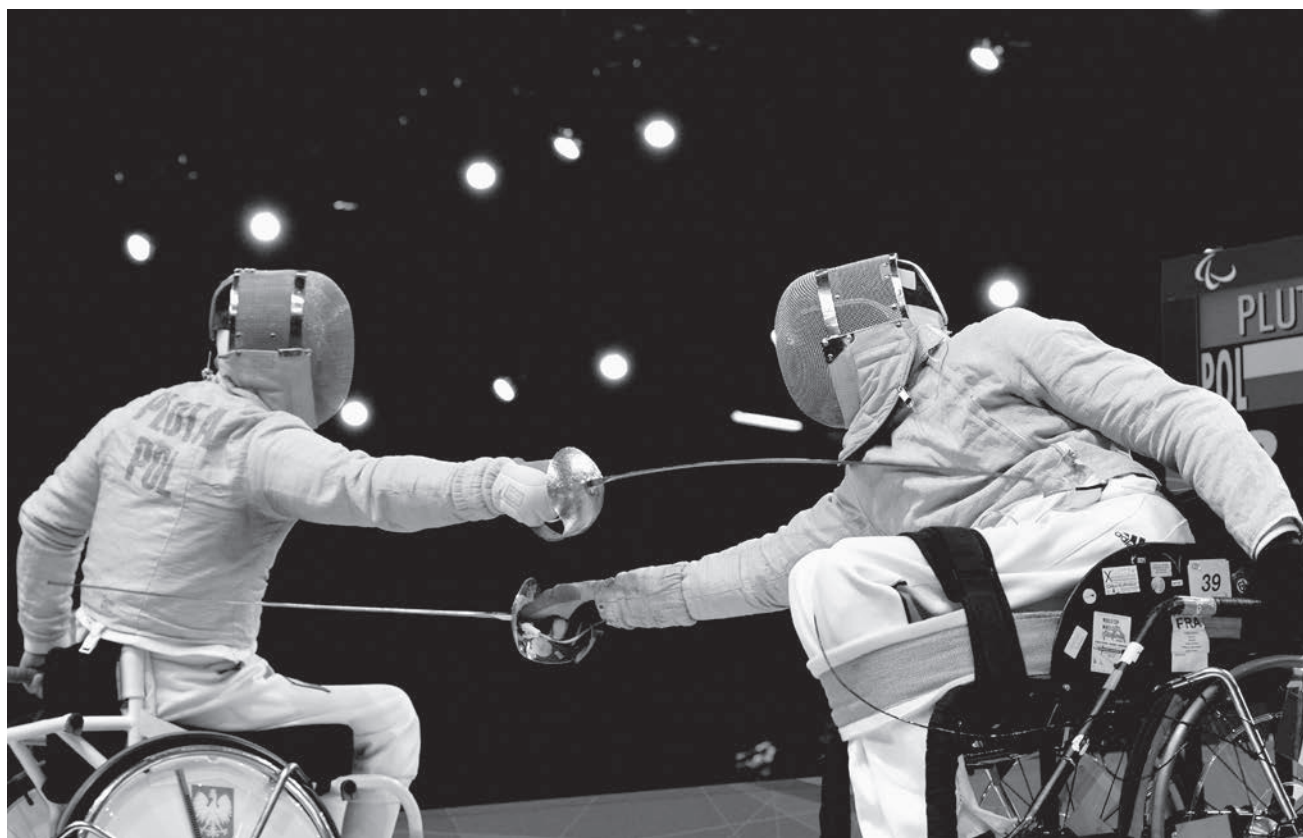
2. Дифференциация средств и методов в учебно-тренировочном процессе. Особенности двигательных нарушений, связанных с основной

патологией, а также функциональное и психо-эмоциональное состояние подростков с ПОДА требуют индивидуального подхода в подборе средств и методов в построении тренировочных занятий. Неадекватные нагрузки способствуют быстрому утомлению ЦНС, что может выражаться в угнетении психо-эмоциональной сферы, двигательного анализатора, трудности в дифференциации мышечных усилий, характеризующихся размахистыми движениями оружием, а также сложности возникают при перемещении, вставания на ноги с опорой на костыли. Отмечаются частые падения, спотыкания. Ученики часто становятся либо вялыми, либо излишне возбужденными, что затрудняет проведение занятий, так как приходится тратить время на восстановление дисциплины. Поэтому оптимальный набор средств и методов в сочетании с доступной нагрузкой и разгрузкой ОДА в перерывах между занятиями решает проблему обеспечения безопасного передвижения в зале, нормализацию мышечного тонуса и настроения у учеников. Также для более рациональной организации учебно-тренировочного процесса мы распределили участников на малые функциональные группы – данный способ позволяет

эффективно решать вопрос подготовки и проведения тренировочного занятия без потери времени на индивидуальный контроль за выполнением разминки и упражнений в основной части занятия с переодеванием и подготовкой экипировки. Поэтому, с учетом формы и выраженности заболевания, группы формировались в соотношении 1 (передвигающийся самостоятельно) к 3 (передвигаются при помощи костылей, трости, кресла-коляски). Например, в нашем исследовании из 15 человек были сформированы 2 группы по 7 и 8 человек. В первой группе 2 ученика, передвигающихся при помощи костылей, а во второй – 3. Ученики в группе помогали «отстающим» в переодевании, пересаживании на фехтовальную коляску, координировали их перемещение по залу, фиксацию колясок к фехтовальной раме, а также контролировали аккуратную уборку инвентаря и оборудования в специальные чехлы в конце занятия. Такое «распределение» обязанностей позволяет формировать ответственность за организацию к подготовке занятий, гигиену зала, а также способствует проявлению навыков сотрудничества у учеников.

3. Разработка и применение индивидуальных технических средств обусловлена необходимостью обеспечения мер безопасности во

время выполнения фехтовальных упражнений и боев в фехтовальной коляске. Выполнение произвольных движений «сидя» в фехтовальной коляске у учеников со спастической диплегией вызывает повышение мышечного тонуса, связанного с влиянием тонических рефлексов, которые вызывают выпрямительные реакции в тазобедренном, коленном суставах, что значительно затрудняет удержание равновесия при выполнении движений, в том числе с оружием. Для обеспечения мер профилактики падения или облегчения возврата из выпада необходимо зафиксировать стопы с полной опорой на подножку коляски. Колени также необходимо фиксировать мягким ремнем к коляске, для этого необходимо провести ремни под сидением коляски и пристегнуть их поверх колен на «липучку». Голени также закрепляются ремнями к раме коляски. Для учеников с гемипаретической формой были сконструированы и сшиты приспособления на паретичную руку, которая при помощи «липучки» фиксировала кисть к ручке фехтовальной коляски. Данная конструкция защищает от падений при длинных выпадах, а также способствует быстрому отклонению назад и возврату в исходное боевое положение, используя инерцию силы «нерабочей» руки.



Факторы риска, связанные с ситуативными факторами (например, падения), могут возникнуть в любое время и в любом месте. Обеспечение мер безопасности связано с оборудованием зала по периметру поручнями, пандусами на ступенях, широкими дверными проемами, наличием резинового покрытия «Кардан» в зале, обеспечивающим травмобезопасность, противоскольжение, ортопедический эффект. К тому же, все провода от фехтовальных аппаратов и удлинители создают барьеры при перемещении занимающихся по залу, поэтому их целесообразно проводить под покрытием.

Периодически проводилась беседа с родителями по вопросам качества и гигиены фехтовального костюма, исправности тормозной системы личной фехтовальной коляски, колес, состоянии боевого оружия, масок, перчаток, наличием и исправностью личных шпажных и рапирных шнуров, постоянным обновлением аптечки первой помощи.

Важную роль в обеспечении безопасности выполняют сформированные в процессе занятий тренировочные навыки и умения (например, умение управлять фехтовальной коляской, обучение навыкам правильной группировки при падениях, которые могут использоваться для профилактики травматизма).

Такие меры обеспечения безопасности в процессе занятий фехтованием на колясках с подростками с ПОДА позволяют комплексно решить ряд проблем, связанных с факторами риска. Кроме того, обеспечение безопасности – это личная ответственность каждого, кто участвует в данном процессе.

Литература

1. Жиленкова, В.П. Адаптивный спорт для лиц с поражением опорно-двигательного аппарата: дис. ... канд. пед. наук // В.П. Жиленкова. – СПб., 2002. – 233 с.
2. Кизиляева, Е.Ю. Обеспечение безопасности на уроках физической культуры в общеобразовательных учреждениях / Е.Ю. Кизиляева, Т.В. Барышникова, Н.И. Безбородов // Молодой ученый. – 2012. – №3. – С. 492-496.
3. Левченко, И.Ю. Технологии обучения и воспитания детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата: учеб. пособие для студ. сред. пед. учеб. заведений / И.Ю. Левченко, О.Г. Приходько. – Москва : Издательский центр «Академия», 2001. – 192 с.
4. Рубцова, Н.О. Менеджмент безопасности в адаптивном спорте / Н.О. Рубцова, А.В. Рубцов // Экстремальная деятельность человека. – 2017. – №5. – С. 6-11
5. Тышлер, Д.А. Фехтование на колясках. Содержание и методики тренировки / Д.А. Тышлер, Е.Б. Белкина. – Москва : Человек, 2010. – 144 с.

Literature

1. Zhilenkova, V.P. Adaptive sport for persons with a lesion of the musculoskeletal system: dis. ... Cand. ped. sciences // V.P. Zhilenkova. – SPb., 2002. – 233 p.
2. Kizilyaeva, E.Yu. Ensuring safety in physical education lessons in educational institutions / E.Yu. Kizilyaeva, T.V. Baryshnikova, N.I. Bezborodov // Young scientist. – 2012. – №3. – P. 492-496.
3. Levchenko, I.Yu. Technology training and education of children with disorders of the musculoskeletal system: studies. allowance for stud. n ped. studies. institutions / I.Yu. Levchenko, O.G. Prikhodko. – Moscow: Academy Publishing Center, 2001. – 192 p.
4. Rubtsova, N.O. Safety management in adaptive sports / N.O. Rubtsova, A.V. Scar // Extreme human activity. – 2017. – №5. – P. 6-11
5. Tyshler, D.A. Wheelchair fencing. Content and methods of training / D.A. Tyshler, E.B. Belkin. – Moscow: Man, 2010. – 144 p.

