

шенствования на базе освоения всего спектра ценностей физической и спортивной культуры (2, 3, 5, 7, 10).

По-видимому, методологические изыскания в области проектирования и эксплуатации инфраструктуры

массового физического воспитания обучающихся в общеобразовательных учреждениях будет полезно развивать именно на этих направлениях.

Литература

1. Бальсевич В.К. Онтокинезиология человека. – М.: Теория и практика физической культуры, 2000. – 274 с.
2. Бальсевич В.К. Основные положения концепции интенсивного инновационного преобразования национальной системы физкультурно-спортивного воспитания детей, подростков и молодежи России // Теория и практика физической культуры. – 2002. – № 3. – С. 3–5.
3. Вишневецкий В.А. с соавт. Проблемы формирования навыков здорового стиля жизни в условиях школы // Сборник материалов Всероссийской научно-практ. конф. «Анализ наркоситуации в образовательных учреждениях г. Сургута». – Сургут: Изд. СурГУ, 2002. – С. 39–42.
4. Губа В.П. Морфобиомеханический подход как основа возрастного физического воспитания и спорта // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 1999. – № 3/4. – С. 21–26.
5. Инновационная образовательная технология спортизированного физического воспитания в общеобразовательной школе / Под ред. Л.Н. Прогонюк. – Сургут: Дефис, 2001. – 212 с.
6. Кузин В.В. Научные приоритеты в физическом воспитании и спортивной подготовке детей и юношества (первые итоги работы Проблемного научного совета РАО по физической культуре) // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 1998. – № 2. – С. 2–5.
7. Лубышева Л.И. Современный ценностный потенциал физической культуры и спорта и пути его освоения обществом и личностью // Теория и практика физической культуры. – 1997. – № 6. – С. 10–15.
8. Маввидис А., Софиадис Н., Мантис К. Развитие скорости и специфической выносливости у детей 9 лет при использовании краткосрочной программы тренировки // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2000. – № 3. – С. 33–36.
9. Обухова Н. Б. Стандартная тренировочная программа для развития скоростно-силовых качеств у детей 9–10 лет // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2002. – № 4. – С. 33–34.
10. Balsevich V.K., Progonjuk L.N. Experimental substantiation of schoolchildren physical education's sportization // 7-th International Congress of Physical Education & Sport. – Komotini, Greece. – 1999. – P. 187.
11. Balsevich V.K. Methodological Bases Of Human Ontokineziology / The 6th Annual Congress of the European College of Sport Science. – Jyviaskila. – 2002. – P. 178.

АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ РЕАБИЛИТАЦИЯ

В.С. ДМИТРИЕВ

Аннотация

Впервые дано определение понятию «Адаптивная физическая реабилитация». Этот феномен представлен как системное явление и общественно-педагогический процесс. К категории «реабилитант (адаптант)» отнесен человек с сенсомоторными и интеллектуальными отклонениями в развитии, которому показана коррекция психодвигательной сферы и функционального состояния организма с применением преимущественно безмедикаментозных форм и методов адаптивной физической активности как средства улучшения качества его здоровья и жизни.

Summary

For the first time in the article is given a definition of the term «Adaptive Physical Rehabilitation». The author represents it as a system phenomenon and a social-pedagogical process. To «disables» is referred a person having sensory, motor and intellectual pathology in growth; and to whom the efficacious remedy for improving his quality of life and state of health is a correction of a psycho-motor sphere and dynamic state of the organism with use of non-medicines forms and methods of adaptive physical activities.

Адаптивная физическая реабилитация в содержательном, структурном и организационном аспектах рассматривается и представлена как:

– процесс и результат взаимосвязей и взаимодействий людей и среды в системе компенсаторного биопсихосоциального приспособления, формирования психоэмоциональной устойчивости и повышения адаптационных резервов организма реабилитанта на основе унаследо-

ванной индивидуумом «нормы регулирования», адекватного устранения материальных и социально-психологических барьеров окружающей среды и предупреждения возможных переходов в «наследственное» имеющих патологических и других отклонений от «нормы»;

– многофакторная система социально-экономических, медико-биологических, психолого-педагогических и других мероприятий по целенаправленной активизации

ции поведения и мышечной деятельности реабилитанта, способствующих формированию и совершенствованию знаний, умений и навыков по модификации психомоторной регуляции деятельности и компенсации недостающих функций, ориентирующаяся на экосистемный уклад общественной организации жизнедеятельности, принципы формирования бимодальных (*в системе отношений «личность–общество»*) мотивационных установок и использующая преимущественно безмедикаментозные средства и методы адаптивной физической культуры и спорта;

– **составная часть** педагогической коррекционно-реабилитационной деятельности в общероссийской государственно-общественной системе духовно-нравственного, правового, социокультурного, профессионального воспитания и оздоровления нации.

Феномен адаптивной физической реабилитации (АФР) – это системное явление и общественно-педагогический процесс.

Концепция независимой жизни – обеспечения условий «равной личности» – рассматривает человека с физическими и интеллектуальными отклонениями в развитии не с точки зрения его патологии, а преимущественно в свете обеспечения его гражданских прав и ориентируется на экосистемные особенности, уклады социокультурной организации жизнедеятельности и адекватное устранение материальных и социально-психологических барьеров окружающей среды. В последнее время исследователи все больше склоняются к мнению, что психомоторные осложнения-нарушения являются не только следствием инвалидности и зачастую коренятся в особенностях общественной организации жизни.

Адаптация определяется как динамический, непрерывный процесс многоаспектного взаимодействия индивида с окружающей средой, как результат взаимных взаимодействий людей в системе социально-экономических, культурно-нравственных и исторических процессов.

Привнося себя (со своими индивидуальными особенностями) в экосистему и адаптируясь, человек не только приспосабливается к обстоятельствам, но и «приспосабливает» окружающую среду под себя – трансформирует динамику и потенциал биологической и моральной составляющих динамической экосистемы.

Под реабилитацией понимается комплекс биопсихосоциальных мероприятий по восстановлению и совершенствованию (при приобретенных нарушениях психомоторной сферы) или научению и приобретению (абилитация – при врожденных отклонениях в развитии) знаний, мотивационных установок и навыков по компенсации недостающих функций.

Изучаемыми объектами АФР являются: экосистемы с психомоторными особенностями, физическая активность, обслуживание, «предоставление возможностей» – законодательная деятельность и правовая поддержка. При этом под экосистемой понимается группа индивидов

в процессе взаимодействия (социального и физического) с окружающей средой и включающая в себя меж- и внутрииндивидуальные различия и другие составляющие реальной жизни, влияющие на возможности и психомоторные особенности.

Изучаемые аспекты АФР: адаптация человека, адаптивная физическая активность (АФА), АФ-культура (АФК), АФ-воспитание (АФВ) и адаптивный спорт – как средства улучшения качества жизни и здоровья людей с сенсомоторными и интеллектуальными ограничениями.

К категории «реабилитант (адаптант)» отнесены: юридически оформленные инвалиды I, II и III групп; люди, выздоравливающие после травм и заболеваний; жители территорий «чернобыльского следа» (и подобных территорий ионизирующего «загрязнения»); лица преклонного возраста с устойчивыми отклонениями в состоянии здоровья – в общем, все дети и взрослые с отклонениями в развитии, конкретный человек – индивид, которому показана целесообразной коррекция психодвигательной сферы и функционального состояния организма с применением форм и методов адаптивной физической активности.

Предметное «поле» АФА значительно шире «функционального поля» на основе навыков и хорошей тренированности», что является сферой деятельности и предметом интереса традиционных спортивных наук. Двигательно-мышечные ощущения лежат в основе познания окружающей действительности, с их помощью в сознании человека отражаются пространственные и количественные особенности предмета. Совершенствование физической активности, обучение моторным навыкам и повышение тренированности – не самоцель АФА, а одна из составляющих социально значимого будущего результата, включающего надежды, отношения и деятельность – гибкую подстройку под реальные возможности индивида, – обучение приемам адаптации к постоянно изменяющимся условиям среды, а также получение положительных эмоций в процессе обучения и тренировок.

Методологической основой системы АФР, как составной части комплекса педагогической коррекционно-реабилитационной деятельности в части формирования информационно-содержательных закономерностей, психомоторных и интеллектуальных характеристик реабилитантов, служат принципы системности, индивидуализации и адекватности.

Основные элементы деятельности педагога-реабилитолога:

- цель, выражающая представление о будущем идеальном результате;
- мотив, раскрывающий социально и личностно значимые причины (побуждения) деятельности субъекта-реабилитанта;
- средства, как необходимый и достаточный педагогический инструментальный для осуществления деятельности;

- непосредственные профессионально-педагогические действия и операции;
- планируемый и реальный результат деятельности;
- оценка реального результата и соответствующая корректировка деятельности при необходимости.

Задача педагога-реабилитолога заключается не в одномоментной коррекции действий инвалида-реабилитанта, а в том, чтобы активизировать раскрытие потенциальных возможностей и реабилитационную деятельность индивида, оснастить его способами совершения такой деятельности и в предоставлении ему возможности свободно, самостоятельно и осознанно производить выбор, становясь субъектом собственных отношений и жизни.

Основными принципами АФР являются:

- возможно более ранняя диагностика отклонений в развитии физических качеств, сенсорных анализаторов и/или интеллекта реабилитанта с учетом медицинских показаний и противопоказаний к его занятиям адаптивными физическими упражнениями и адаптивным спортом;
- возможно более раннее начало и целенаправленность реабилитации, сочетание двигательного и интеллектуального развития реабилитанта;
- комплексный характер реабилитации, а также совместная деятельность специалистов-реабилитологов, которые обучают, и семьи, которая сопровождает реабилитанта и способствует развитию учения и навыков реабилитации и адаптации;
- индивидуальность и адресность системы реабилитационных мероприятий;
- самостоятельность деятельности реабилитанта-адаптана – вся система, все навыки и умения, каждое упражнение и действие отрабатываются с реабилитантом и самим реабилитантом;
- мотивационные аспекты для индивида и общества, сглаживание противоречий между реабилитантом-адаптантом и социумом;
- бытовое (самообслуживание), профессионально ориентирующее, репродукционное и другие виды и направленности воспитания личности.

Основные условия по внедрению АФВ-АФР в образ (стиль) жизни реабилитанта-адаптана:

- возможно более полное развитие природных задатков человека;
- наличие высокой взаимосвязи между воспитанием и уровнем здоровья, систематический мониторинг физического развития реабилитантов;
- вербализация итогов реабилитации на всех уровнях, информирование субъектов АФР и всей обществен-

ности о нормативных и правовых основах, оздоровительных технологиях, профориентации, социальных услугах и взаимных обязательствах индивида-реабилитанта, государства и общества.

Содержание АФР в большой мере определяет учение о эволюционной изменчивости и наследственности как основы характерной биологической ситуации, какой и является феномен человека как организма и личности. Экосистемный анализ закономерностей эволюционного процесса показывает целесообразность учета возможных негативных эволюционных модификаций индивида и среды, что может привести к образованию нежелательных свойств в системе «реабилитант–среда». В процессе АФР необходимо предпринимать меры по предупреждению возможных переходов в «наследственное» имеющихся патологических и других отклонений от «нормы», особенно для реабилитантов-адаптантов в возрасте «репродукции» – генетически предрасположенных, имеющих органические и функциональные отклонения в развитии.

Формируя систему всестороннего совершенствования уровня жизни и здоровья россиян, в макроструктуре *общероссийской государственной системы АФВ-АФР* целесообразно выделить следующую ранжированную структуру направлений воспитания и реабилитации: духовно-нравственное, правовое, оздоровительное, социокультурное и профессионально ориентирующее.

Блок оздоровительного направления в воспитании и реабилитации составляют:

- а) преимущественно клинические методы и медикаментозные средства;
- б) преимущественно немедикаментозные активно-двигательные психолого-педагогические и социокультурные средства и методы адаптации и реабилитации – мышечная гимнастика и дыхательные упражнения, гигиенические и закаливающие процедуры, рациональное питание и фитодобавки, аутотренинг, устройство быта, профессиональная ориентация и другое.

Мировой опыт адаптивной физической активности и реабилитации убедительно подтверждает: чем в большей мере удовлетворяются потребности инвалидов и людей с отклонениями в здоровье, тем существеннее и значимее продукт их материального и интеллектуального труда, их вклад в развитие и совершенствование общественных и государственных структур и институтов – в экономику и социальную сферу, в науку, технику и искусство, в образование и культуру.