

УСЛОВИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ИНТЕГРАЦИИ ИНВАЛИДОВ СРЕДСТВАМИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Хакимова Ф.Т.¹, Холиева Н.Х.²

¹Хакимова Феруза Тошпулатовна - старший преподаватель;

²Холиева Нигора Хуйдобердиевна - старший преподаватель,
кафедра физической культуры и спорта,

Ташкентский государственный экономический университет,
г. Ташкент, Республика Узбекистан

Аннотация: в статье рассматриваются меры по организации и проведению занятий по физической культуре для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья: направления рабочих программ по дисциплине «Физическая культура», материально-технические условия, дополнительные требования в зависимости от индивидуальных особенностей обучающихся.

Ключевые слова: физическая культура, инвалиды и лица с ограниченными возможностями здоровья, средства физической реабилитации и социальной адаптации.

В государственных и общественных учреждениях общего назначения детей и взрослых, оказывающих дополнительные услуги в области физической культуры и спорта, все еще отсутствуют специалисты адаптивной физической культуры, несмотря на развернутую профессиональную подготовку в вузах, а значит, отсутствует возможность организованных рекреационных и спортивных занятий с лицами, имеющими нарушениями в развитии. Наблюдаемый дефицит технологий социальной интеграции в адаптивной физической культуре не позволяет получить наиболее полный социально-педагогический эффект от занятий двигательной деятельностью. Имеющиеся программы и технологии организации физкультурно-оздоровительной работы, мероприятий культурно-спортивной деятельности характер. В настоящее время наиболее разработаны модели педагогической сохраняют эпизодический интеграции (интернальной и экстернальной) в работе с детьми, имеющими нарушения слуха, однако они имеют ограничения по возрастным и клиническим показателям и практически используются в различных видах адаптивной физической культуры [1].

В Ташкентском государственном экономическом университете получают профессиональное образование инвалиды с нарушением опорно-двигательной системы. В условиях инклюзивного образования, обучаются здоровые студенты. Обучение проходит на пяти факультетах: экономическом, бухгалтерского учёта и аудита, международного туризма, корпоративного управления и информационных технологий. Здесь встречается и детский церебральный паралич (ДЦП), и патологическое развитие конечностей, травматическая болезнь спинного мозга (ТБСМ), сколиозы и множество других.

Эти нарушения способствуют ограничению двигательной активности и поэтому наряду с основными, возникают вторичные нарушения и сопутствующие заболевания. Так, при поражении опорно-двигательного аппарата большая нагрузка ложится на мышечно-связочный аппарат позвоночного столба, нижних конечностей. Если мышцы недостаточно сильны, то в результате перегружаются и травмируются суставы. При пониженной двигательной активности нарушается работа функциональных систем, что, в конечном счете, приводит к возникновению заболеваний сердечно-сосудистой, дыхательной, нервной и других систем.

Задачи, стоящие перед организацией занятий физическим воспитанием студентов с ПОДА различны: педагогические (образовательные, воспитательные, оздоровительные); реабилитационно-диффектологические задачи (реабилитационные, коррекционные, компенсаторные). Такое многообразие задач, стоящих перед занятиями по адаптивной физической культуре можно решить только при условии развитой материально-технической базы и квалифицированным профессорско-преподавательским составом кафедры [2].

К занятию физической культуры, проводимому с учащимися специальной медицинской группы, предъявляются следующие требования:

1. Обучение рациональному дыханию
2. Формирование навыков, привычек правильной осанки и коррекция функциональных нарушений позвоночника.
3. Индивидуальный и дифференцированный подход к занимающимся.
4. Занятие должно быть эмоциональным, эстетически оформленным.

Перед педагогом и врачом стоит задача: подбирать индивидуальный двигательный режим и убеждать каждого студента, что только прилежными и систематическими занятиями физкультурой можно избавиться от своего недуга. Это поможет добиться положительной мотивации, активности, воспитания

силы воли, необходимой для преодоления трудностей, связанных с возрастающими запросами к организму, а в конечном итоге – максимального оздоровительного эффекта от занятий.

Для студентов I и II групп инвалидности создан зал лечебной физической культурой (ЛФК). Он оснащён необходимым оборудованием для физической реабилитации: кушетки, гимнастические лестницы, брусья, гимнастические маты, зеркала. Здесь студенты, имеющие ограниченные возможности приобретают жизненно необходимые двигательные навыки. На занятиях применяются различные дыхательные и общеразвивающие упражнения в облегчённых исходных положениях, перед зеркальной стеной (для самоконтроля выполняемых движений) и с применением различного инвентаря: гимнастические палки, обручи, скакалки, утяжелители, гантели.

Для коррекции отставаний в физическом развитии и функциональных возможностей организма обучающихся в ТГЭУ оборудован кабинет «Валеологии». Укрепление сердечно-сосудистой и дыхательной систем происходит на степптренажёре и лыжном тренажёре. Коррекция физических нарушений происходит с отягощением, можно выполнять упражнения со штангой и гантелями лёжа на атлетической скамье.

В ТГЭУ на занятиях ЛФК успешно решаются задачи по расширению двигательного потенциала студентов. Для этого имеется игровой зал и футбольное поле. На урочных и неурочных (секционных) занятиях успешно развиваются такие виды спорта, в том числе и паралимпийского, как: футбол, волейбол, баскетбол, настольный теннис, бадминтон, армрестлинг и шахматы.

Преподаватели кафедры сталкиваются с проблемами, которые в первую очередь касаются среды, в которой воспитываются абитуриенты. Надо признать, что проблемы физической реабилитации и социальной интеграции инвалидов средствами физической культуры и спорта решаются медленно. Основными причинами слабого развития физической культуры и спорта среди инвалидов является практическое отсутствие специализированных физкультурно-оздоровительных и спортивных сооружений, недостаток оборудования и инвентаря, неразвитость сети физкультурно-спортивных клубов, детско-юношеских спортивных школ и отделений для инвалидов во всех типах учреждений дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности. Ощущается нехватка профессиональных кадров. Не выражена в достаточной степени потребность в физическом совершенствовании у самих инвалидов, что связано с отсутствием специализированной пропаганды, подвигающей их к занятиям физической культурой и спортом.

Список литературы

1. *Миронова С.П.* Занятия по физической культуре для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья: специфика организации и проведения // Научно-методический электронный журнал «Концепт», 2017. Т. 31. С. 126–130.
2. *Загайнова Е.В., Хауринова О.Ю., Старшинова Т.А., Иванов В.Г.* Психология и педагогика. Учебное пособие. КГТУ, 2007. 92 с.