

**Завацька Л. А. к.пед.н., професор** (Міжнародний економіко-гуманітарний університет імені академіка Степана Дем'янчука, м. Рівне)

## **ПІДГОТОВКА МАЙБУТНІХ ФАХІВЦІВ АДАПТИВНОЇ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ЯК РЕАЛІЗАЦІЯ СОЦІАЛЬНИХ ПРОГРАМ ПОЛІПШЕННЯ ЯКОСТІ ЖИТТЯ ІНВАЛІДІВ**

В Україні і світі спостерігаються тенденції до зростання числа людей з обмеженими можливостями. Це пов'язано з екологічними проблемами, поширенням наркоманії, алкоголізму, СНІДу, туберкульозу, генетичними аномаліями, природними і соціальними катаклізмами, виробничим і транспортним травматизмом. Категорія громадян з інвалідністю є в суспільстві найбільш вразливою як в соціально-економічному так і в морально-психологічному відношенні, в можливостях самореалізації, використанні своїх громадянських прав і обов'язків.

Соціальний захист інвалідів, поліпшення якості їх життя шляхом компенсації втрачених можливостей потребує цілеспрямованої діяльності держави, громадських організацій, інших соціальних інституцій по забезпеченню цивілізованих умов життя, допомоги у здобутті освіти, професії, перш за все, у підтриманні і зміцненні здоров'я.

Для цього в країні функціонують спеціальні дошкільні заклади, спеціальні школи, позашкільні установи, державні і громадські об'єднання по соціальному захисту інвалідів, реабілітаційні центри, центри інвалідного спорту, фізкультурно-спортивні клуби інвалідів тощо. Діяльність цих організацій і установ спрямована на оптимальну інтеграцію інвалідів у суспільство, забезпечення адекватних до віку і стану здоров'я умов виховання, розвитку і формування особистості, підготовку до посиленої трудової діяльності або самообслуговування. Ефективність такої діяльності передбачає обов'язкове використання засобів адаптивної фізичної культури як важливої складової соціального захисту та поліпшення якості життя інвалідів.

Заняття фізичними вправами, адаптивною руховою активністю пов'язана не тільки із втратою працездатності, але й зниженням рухових можливостей, які викликають і спричинюють негативний вплив на організм гіподинамії та гіпокінезії. Як встановлено багатьма дослідженнями, тривала дія таких станів на організм позначається на: 1) зниженні функціональної активності органів і систем та порушенні регуляторних можливостей (зниженні активності серцево-судинної системи, зменшенні життєвої ємності легень і легеневої вентиляції, порушенні функцій травної системи); 2) виникненні атрофічних дегенеративних змін опорно-рухової системи та м'язового апарату; 3) порушенні обмінних процесів в організмі.

Все це призводить до зниження рівня здоров'я, можливостей трудової діяльності та тривалості життя.

Впровадження науково обґрунтованих і доцільно дозованих режимів адаптивної рухової активності у життєдіяльність дітей і людей з обмеженими можливостями носить превентивний характер - попереджує виникнення супутніх захворювань, зміцнює організм, справляє корекційний і реабілітаційний вплив, позитивно позначається на формуванні особистості. Виходячи з цього-цілеспрямоване здійснення спеціальної професійної підготовки фахівців до здійснення адаптивного фізичного виховання різних нозологічних і вікових груп людей з особливими потребами має важливе соціально-педагогічне значення. Тільки оптимальна організація рухової активності може підтримати функціонування всіх систем організму на необхідному рівні, а її зможуть реалізувати і забезпечити лише кваліфіковані, спеціально підготовлені фахівці.

На факультеті здоров'я, фізичної культури і спорту МЕГУ імені Степана Дем'янчука вперше в системі вищої освіти нашої країни впроваджена цілісна система такої професійної підготовки майбутніх фахівців фізичного виховання на основі використання передового досвіду зарубіжних ВНЗ Росії, США, Польщі. Вона передбачає вивчення широкого спектру навчальних дисциплін, а також спілкування студентів з об'єктами майбутньої професійної діяльності в процесі навчання у ВНЗ. У спеціальних навчально-виховних, навчально-реабілітаційних та спортивно-оздоровчих установах проходять лабораторні навчальні заняття, різноманітні поза навчальні заходи виховного, науково-дослідного, волонтерського і спортивно-оздоровчого характеру. Узагальнення результатів такої діяльності студентів використовується ними при підготовці рефератів, курсових і кваліфікаційних робіт, доповідей і виступів на семінарах, круглих столах з проблем адаптивного фізичного виховання.

Позитивно на рівні професійної підготовки майбутніх фахівців з АФВ позначається і те, що у складі академічних груп є студенти-інваліди, які самі готуються до виконання професійних функцій у сфері адаптивного фізичного виховання.

У системі навчальної та поза навчальної професійної підготовки акцентується увага на такій роботі з людьми з обмеженими можливостями, яка позитивно позначається на якості їх життя, формує впевненість у власних силах, стимулює до активних занять фізичними вправами, спортом, викликає необхідність досягнення у них власного високого рівня фізичної культури. Людина з високим рівнем фізичної культури за критеріями Національної асоціації спорту і фізичної культури США характеризується такими критеріями:

1) демонструє розвинуті рухові навички, необхідні для занять різними видами рухової активності;

2) проявляє розуміння концепцій, принципів стратегій і тактик руху у їх застосуванні до вивчення і вдосконалення різних видів рухової активності;

3) регулярно займається руховою активністю;

4) досягає і підтримує рівень фізичної підготовленості, який забезпечує міцне здоров'я;

5) демонструє відповідальну особисту і соціальну поведінку, яка проявляється у повазі до себе і інших під час занять руховою активністю;

6) цінує вплив рухової активності на здоров'я, задоволення, фізичну підготовленість, можливість самовираження і соціальної взаємодії, які вона дає.

У формуванні рівня фізичної культури дітей і людей з обмеженими можливостями увага акцентується не на тому, чого не може зробити особа, а на тому на що вона здатна.

Студенти засвоюють базові поняття з адаптивної фізичної культури, нормативно-правові основи її здійснення, законодавчі аспекти соціального захисту, які діють у країні, медико-біологічні, психофізіологічні, рухові та перцептивно-моторні характеристики відхилень у стані здоров'я і фізичного розвитку, причини їх виникнення і фази протікання. Значна увага звертається на вміння створювати індивідуальні програми АФВ, оцінювати і корегувати їх на основі тестування і аналізу функціонального стану дітей і дорослих з різним рівнем порушень і збережених функцій. В процесі вивчення навчальних дисциплін: теорії і методики АФК, спеціальної педагогіки і адаптивного фізичного виховання при різних нозологіях, звертається увага на можливість формування високого рівня фізичної культури учнів спеціальних закладів за допомогою занять з фізичної підготовки, розвитку рухових функцій в процесі ігрових занять і занять спортом, при цьому звертається увага на психомоторну, емоційну і пізнавальну сфери особи. Вони переконуються на практиці, що фізична культура є засобом активного повноцінного відпочинку (рекреації) людей, яка сприяє регуляції вегетативних функцій організму. Систематичні заняття фізичними вправами, фізично культурою та спортом не тільки здійснюють корекційно-реабілітаційний вплив на рівень здоров'я але є важливим засобом їх інтеграції у суспільство – створює сприятливі умови для соціально-психологічної адаптації, розширення спілкування, участі у суспільно-значимій діяльності, створює позитивний морально-психологічний клімат, сприяє гуманізації соціуму.

Студенти також залучаються до аналізу ефективності адаптивного фізичного виховання в освітньо-реабілітаційних закладах для дітей-інвалідів та спеціалізованих закладах інтернатного типу для дітей і дорослих з обмеженими можливостями. Аналіз показує, що в деяких закладах відсутня належна спортивно-матеріальна база та методичне забезпечення АФВ з урахуванням специфіки розвитку моторики і функціонального

стану організму інвалідів з різними порушеннями. Це значно знижує ефективність спортивно-оздоровчої та реабілітаційної роботи.

Існуюча практика оцінки рівня АФК часто зводиться до оцінки результатів виступів вузького спортсменів-інвалідів на змаганнях різного рівня від регіональних до всесвітніх, а робота по створенню умов до залучення до систематичних занять фізичною культурою та спортом широких мас людей з інвалідністю залишається поза увагою.

Вивчення впродовж 10 років результатів професійної компетентності випускників, які працюють в системі АФК, дозволив на основі зворотного зв'язку удосконалювати навчальні плани і програми навчальних дисциплін, впроваджувати ефективні форми і методи підготовки студентів. Це знайшло позитивне відображення в поліпшенні ефективності спортивно-оздоровчої, реабілітаційної і спортивної роботи серед інвалідів у регіоні та підвищення рівня готовності майбутніх фахівців.

**1.** Винник, Джозеф П. Адаптивное физическое воспитание и спорт / под ред. Джозефа П. винника; пер. с. англ. И.Андреев. – К. : Олимп. Лит., 2010. – 608 с. **2.** Теория и организация адаптивной физической культуры: Учебник / под. ред. проф. С.П. Евсеева. – М.: Советский спорт, 2002. – 448 с. **3.** Завацький В.І. Курс лекцій з фізіології. Частина II. Рівне: Волинські обереги, 2002 р.- 247 с.