

I. ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ РІЗНИХ ГРУП НАСЕЛЕННЯ

АДАПТИВНА ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА ЯК НАВЧАЛЬНА ДИСЦИПЛІНА В СИСТЕМІ ВИЩОЇ ПРОФЕСІЙНОЇ ОСВІТИ

Алла Ковтун

Дніпропетровський державний інститут фізичної культури і спорту



Анотація

В статті представлено теоретичний аналіз методологічних основ адаптивної фізичної культури як учебної дисципліни, обобщено сучасні дані про місце даної дисципліни в системі вищого професійного освіти.

Annotation

The article presents the theoretical analysis of methodological basics of adaptive physical culture as academic discipline, it generalized the modern information about the place of the discipline in the system of higher professional education.

Постановка проблеми. Аналіз останніх досліджень і публікацій.

Сучасні тенденції розвитку вищої фізкультурної освіти передбачають зміну орієнтирів Державної політики від підготовки «здорового і фізично розвинутого населення» на підготовку особистості. Відповідно до нової теорії інтереси розвитку особистості первинні, а суспільства – вторинні. Така переоцінка ролі особистості в розвитку нашого сучасного суспільства пов'язана з процесами гуманізації і демократизації. Саме ці процеси розкрили одну з найскладніших проблем сучасності – проблему інвалідності, привернули до неї увагу широких верств населення нашої країни, включаючи політиків, вчених, громадських діячів, працівників вищої школи. Стало очевидним, що це проблема світового масштабу, що існує у всіх країнах незалежно від рівня їх економічного розвитку. Причому за тією або іншою соціальною політикою, яка проводиться державою щодо інвалідів, роблять висновок про її цивілізованість [1,5].

Зростання інвалідності населення в більшості країн світу пов'язано з ускладненням виробничих процесів, збільшенням кількості та інтенсивності транспортних потоків, виникненням військових конфліктів і терористичних актів, погіршенням екологічних факторів, а також з цілою низкою інших причин. Все це приводить до необхідності розробки комплексних програм з соціального захисту даної категорії

населення, обґрунтування нових областей знань, відкриття нових навчальних дисциплін для підготовки фахівців [1].

Останніми роками в Україні цей процес розвивається достатньо швидко. Не залишилася осторонь і галузь фізичної культури. В даний час фізична культура і спорт для осіб з обмеженими фізичними можливостями представлена в системі вищої професійної освіти у вигляді окремих навчальних дисциплін.

Проте швидкий розвиток і впровадження адаптивної фізичної культури в освітні та наукові організації і установи України, наявність істотно відмінних, а іноді альтернативних концепцій даної сфери, термінологічні труднощі нової навчальної і наукової дисципліни, породили цілий ряд проблем, обумовлених недостатньою теоретичною розробленістю методологічних основ, принципів, пріоритетності задач тощо [5, 7].

Мета дослідження – розробити структуру та зміст навчальних дисциплін з адаптивної фізичної культури як найважливішого напрямку комплексної реабілітації і соціальної інтеграції осіб з обмеженими фізичними можливостями.

Методи дослідження. Аналіз науково-методичної літератури, аналіз документальних матеріалів.

Результати дослідження. У даний час в ДДІФКіС для студентів вивчення особливостей осіб з обмеженими фізичними можливостями



представлено у вигляді наступних навчальних дисциплін: «Адаптивна фізична культура» (спеціальність ФР, 36 годин), «Адаптивне фізичне виховання» (спеціальність ФВ, 72 години) і «Адаптивний спорт» (спеціальність ОПС, 108 годин), які входять до циклу професійно-орієнтованої і практичної підготовки (таблиця 1). Дані дисципліни були введені в навчальний план спеціалістів і магістрів у 2007-2008 навчальному році при переході на двохступеневу систему вищої освіти.

Розробка структури і змісту адаптивної фізичної культури (АФК) в рамках відповідних навчальних курсів базується на загальній теорії і методиці фізичної культури. Проте на відміну від базової дисципліни АФК основним своїм об'єктом пізнання і дії розглядає не здорових, а хворих людей, тобто ту категорію населення, яка втратила які-небудь свої функції на тривалий термін, а часто – назавжди. Цим же АФК відрізняється від одного з розділів загальної фізичної культури, який називається оздоровчо-реабілітаційна або лікувальна фізична культура. Даний розділ в якості головної мети передбачає «відновлення тимчасово втрачених функцій після захворювань і травм». АФК також істотно відрізняється від медичної реабілітації спрямованістю на максимальну самореалізацію людини в нових умовах, що вимагає від хворого або інваліда значно більшої активності і самостійності. Крім того засоби, що використовуються в реабілітації

так чи інакше орієнтовані на засоби традиційної медицини – медичну техніку, масаж, фізіотерапію, психотерапію, фармакологію і т. ін., а не на природні фактори – рух, здоровий спосіб життя, раціональне харчування, загартовування тощо [5, 6, 7].

На думку більшості авторів, що займаються розробкою методологічних основ адаптивної фізичної культури, її початковими положеннями повинні бути наступні [2, 5, 7]:

1. АФК є новою для України інтеграційною областю освіти і науки, що активно розвивається.
2. АФК включає як мінімум три великі галузі знань – фізична культура, медицина, корекційна педагогіка і велика кількість відомостей медико-біологічних і соціально-психологічних навчальних і наукових дисциплін. При цьому в ній не тільки узагальнюються відомості перерахованих дисциплін, але і формується нове знання.
3. В основі теорії АФК повинно знаходитися вчення про природні і соціальні потреби особистості кожної конкретної людини з обмеженими фізичними можливостями.
4. Визнання інвалідів рівноправними членами суспільства, а також обов'язків держави по створенню особливих умов для їх виховання, розвитку і самореалізації – основа для формування відносин з даною категорією населення в процесі занять АФК.

5. Виходячи з цілей індивідуального існування і реалій ситуації (матеріальні можливості, вікові особливості, стан організму та ін.) формувати потреби в здоровому способі життя, мотиви і ціннісні орієнтації, підбирати засоби, методи і види АФК.
6. Людина з обмеженими фізичними можливостями розглядається в АФК як індивід, що володіє унікальними властивостями. Тому в процесі занять фізичними вправами акцент робиться на її всебічний розвиток і вдосконалення (інтелектуальне, емоційно-вольове, естетичне, етичне, фізичне та ін.).
7. Ефективний розвиток і впровадження програм з АФК можливий тільки у разі урахування конкретних соціально-економічних умов, національно-етнічних особливостей та ряду інших факторів.

Одним з базових понять навчальних дисциплін з адаптивної фізичної культури являється визначення сутності даного поняття, яке являється складним, багатограним і має велику кількість трактувань.

На відміну від фізичної культури об'єктом пізнання і перетворення в АФК являються хворі люди. Це вимагає значної трансформації (інакше кажучи, адаптації) завдань, принципів, засобів, методів дисципліни стосовно такої незвичайної для фізичної культури категорії населення. Звідси назва – «адаптивна фізична культура» [4, 5, 7].

Узагальнюючи дані публікацій останніх років [2, 3, 4, 5], можна го-

Таблиця 1

Навчальні дисципліни з адаптивної фізичної культури в ДДФКіС

Навчальна дисципліна	Спеціальність	Загальна кількість годин	Лекції год.		Семинари год.		Самостійна робота год.	
			спеціалісти	магістри	спеціалісти	магістри	спеціалісти	магістри
Адаптивна фізична культура	ФР	36	8	10	8	10	20	16
Адаптивне фізичне виховання	ФВ	72	12	10	14	10	46	52
Адаптивний спорт	ОПС	108	22	20	22	20	66	66



ворити, що **АФК** – це вид фізичної культури людини з відхиленнями в стані здоров'я (включаючи інваліда) і суспільства; це діяльність і її результати з створення готовності людини до життя, оптимізації її стану і розвитку; це процес і результат людської діяльності, а також засоби і способи вдосконалення і гармонізації всіх сторін і властивостей індивіда з відхиленнями в стані здоров'я (фізичних, інтелектуальних, емоційно-вольових, естетичних, етичних тощо) за допомогою фізичних вправ, природньо-середовищних і гігієнічних факторів.

При цьому на перше місце виступають проблеми залучення всіх можливих засобів і методів АФК для корекції у людини дефекту, вироблення необхідних компенсацій, профілактики супутніх захворювань і вторинних відхилень або, іншими словами, проблеми комплексної реабілітації і інтеграції інвалідів у суспільство.

Звідси **мета АФК** – **максимально можливий розвиток життєздатності людини з обмеженими фізичними можливостями за рахунок забезпечення оптимального режиму функціонування відпущених природою і наявних в неї тілесно-рухових характеристик і духовних сил, їх гармонізації для максимально можливої самоактуалізації в якості соціально та індивідуально значущого суб'єкта.**

Задачі, які вирішуються в АФК, повинні ставитися виходячи з конкретних потреб кожної людини. В узагальненому вигляді завдання в АФК можна розділити на дві групи [2, 5, 7].

Перша група завдань витікає з особливостей категорії населення, що займається фізичною культурою, – це коректувальні, компенсаторні і профілактичні завдання.

Друга група завдань традиційна для фізичної культури – освітні, виховні і оздоровчо-розвиваючі завдання.

У зв'язку з тим, що об'єктом уваги в АФК являється людина з обмеженими фізичними можливостями, то логічно спробувати скоректувати її основний дефект. Коли корекція неможлива, на перший план виступають компенсаторні завдання. І, нарешті, будь-який дефект вимагає обов'язкової профілактичної роботи відносно вторинних відхилень і супутніх захворювань. Всі перераховані завдання розв'язуються в контексті навчання знанням, умінням і навичкам (освітні завдання), виховання тих або інших властивостей особистості (виховні завдання), розвитку фізичних якостей і здібностей, поліпшення загального стану організму (оздоровчо-розвиваючі завдання). Предметом професійної діяльності в АФК являється цілеспрямоване рішення перерахованих завдань в роботі з особами з обмеженими фізичними можливостями в процесі їх комплексної реабілітації [2, 5].

При розгляді структури АФК більшість вчених пропонує [2, 5] як критерій використовувати потреби людини із стійкими відхиленнями в стані здоров'я. Виходячи з даних потреб, виділяють наступні види адаптивної фізичної культури:

- **Адаптивне фізичне виховання** (освіта) – вид адаптивної фізичної культури, який задовольняє потреби людини з відхиленнями в стані здоров'я в її підготовці до життя, побутової і трудової діяльності; у формуванні позитивного ставлення до адаптивної фізичної культури.
- **Адаптивний спорт** – вид адаптивної фізичної культури, який задовольняє потреби особистості в самоактуалізації, реалізації і зіставленні своїх здібностей зі здібностями інших людей; потреби в комунікативній діяльності та в соціалізації.
- **Адаптивна рухова рекреація** – вид адаптивної фізичної культури, який дозволяє задовольнити потреби людини з відхиленнями в стані здоров'я (включаючи

інваліда) у відпочинку, розвазі, цікавому проведенні дозвілля, зміні виду діяльності.

- **Адаптивна фізична реабілітація** – вид адаптивної фізичної культури, який задовольняє потребу інваліда в лікуванні, відновленні у нього тимчасово втрачених функцій, крім тих, які стали причиною інвалідності.
- **Креативні (художньо-музичні) тілесно-орієнтовані практики адаптивної фізичної культури** – вид адаптивної фізичної культури, який задовольняє потреби людини з відхиленнями в стані здоров'я (включаючи інваліда) в творчому саморозвитку, самовираженні своєї сутності через рух, танці, музику, образ, інші засоби мистецтва.
- **Екстремальні види рухової активності** – в адаптивній фізичній культурі задовольняють потреби осіб з відхиленнями в стані здоров'я в ризику, підвищеному напруженні, потреби випробувати себе в незвичайних, екстремальних умовах, небезпечних для здоров'я і навіть для життя.

Перераховані види АФК, з одного боку, носять самостійний характер, оскільки кожний з них вирішує свої задачі, має власну структуру, форми і особливості змісту, з іншого – вони тісно взаємопов'язані.

Функції АФК витікають з її сутності, а також відображають її структуру. Єдність структурних елементів служить підставою, щоб вважати АФК цілісною функціональною системою. Ядром цієї системи являється фізична вправа як системоутворюючий фактор. Виходячи з взаємозв'язку структури і функції, кожному структурному елементу АФК властива конкретна функція: адаптивному фізичному вихованню – переважно освітня, адаптивній руховій рекреації – оздоровчо-підтримуюча, адаптивному спорту – вдосконалення, адаптивній фізичній реабілітації – лікувально-відновна,



креативним тілесно-орієнтованим практикам – творча, екстремальним видам рухової активності – престижна. При цьому, будучи частиною загальнолюдської культури, АФК виконує, в першу чергу, культурну функцію, що включає освоєння широкого спектру цінностей, пов'язаних із задоволенням різноманітних природних і соціальних потреб, саморозвитку і вдосконалення особистості людей з обмеженими фізичними можливостями в цілях їх інтеграції в суспільство [2, 5].

Всі функції АФК реалізуються через діяльність: рух → рухові дії (фізичні вправи) → рухова активність → рухова (фізкультурна) діяльність, в основі якої лежать здібності людей, які отримані ними від природи, але обмежені впливом тієї або іншої патології. Проте діяльність у сфері АФК так різноманітна, що далеко виходить за рамки безпосередніх занять фізичними вправами. Тому проблему розробки функцій АФК не можна вважати завершеною.

Висновки.

1. Адаптивна фізична культура являється новою інтеграційною областю освіти, науки і культури.
2. Перспективи розвитку адаптивної фізичної культури як навчальної дисципліни обумовлені незадовільним станом

здоров'я населення і зростанням інвалідності.

3. Аналіз науково-методичної літератури дозволяє узагальнити і сформулювати базові поняття адаптивної фізичної культури як навчальної дисципліни: сутність, мету, задачі, предмет, види і функції адаптивної фізичної культури.
4. Підготовка спеціалістів в області адаптивної фізичної культури дозволить підняти на новий якісний рівень всю систему комплексної реабілітації і соціальної інтеграції інвалідів.
5. Впровадження дисциплін, які вивчають адаптивну фізичну культуру, в план навчання студентів сприятиме розвитку додаткової професійної освіти і дасть можливість підвищити конкурентоспроможність випускників на ринку праці в умовах сучасного життя.

СПИМОК ЛІТЕРАТУРИ

1. Актуальні проблеми медико-соціальної експертизи, профілактики інвалідності та реабілітації інвалідів: матеріали науково-практичної конференції з міжнародною участю (Дніпропетровськ, 28-29 вересня 2006 р.) / М-во охорони здоров'я України, Укр. держ.

НП МСПІ. – Дніпропетровськ: Пороги, 2006. – 303 с.

2. Бегидова Т.П. Основы адаптивной физической культуры [: учебное пособие] / Тамара Павловна Бегидова. – М.: Физкультура и спорт, 2007. – 192 с.
3. Карпюк Р. Сучасна термінологія адаптивної фізичної культури / Роман Карпюк, Людмила Сущенко // Спортивний вісник Придніпров'я. – 2008. – №3-4. – С. 220-224.
4. Круцевич Т. Понятійно-категоріальний апарат адаптивного фізичного виховання / Тетяна Круцевич, Рада Чудна // Теорія і методика фізичного виховання і спорту. – 2005. – №2-3. – С. 48-51.
5. Теория и организация адаптивной физической культуры [:учебник]. В 2 т. Т. 1: Ведение в специальность. История, организация и общая характеристика адаптивной физической культуры / Под общей ред. проф. С.П. Евсеева. – 2-е изд. – М.: Советский спорт, 2005. – 296 с.
6. Физическая реабилитация [:учебник] / Под общей ред. проф. С.Н. Попова. – 3-е изд. – Ростов н/Д: Феникс, 2005. – 608 с.
7. Чудная Р.В. Адаптивное физическое воспитание / Рада Валентиновна Чудная. – К.: Наукова думка, 2000. – 358 с.

