



АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ

Шокиров Камол Фазлиевич

Бухарский государственный медицинский институт

✓ Резюме

В статье приводятся сведения о физической культуре и спорте для людей с ограниченными возможностями. Теоретическую основу исследования составляют материалы нормативных правовых актов, а также научной литературы. Методологической основой исследования являются методы анализа и синтеза, наблюдения и сравнения, системный и исторический методы, методы правового моделирования.

Ключевые слова: адаптивная физическая культура, адаптивный спорт, адаптивное физиологическое воспитание, адаптивное моторное восстановление, адаптивное физическое восстановление.

ADAPTIVE PHYSICAL CULTURE AND SPORT

Shokirov Kamol Fazlievich

Bukhara State Medical Institute.

✓ Resume

The article provides information about physical education and sports for people with disabilities. Theoretical basis of the study is taken from regulatory legal acts, as well as scientific literature. The methodological basis of the research are the methods of analysis and synthesis, observation and comparison, system and historical methods, methods of legal modeling.

Key words: adaptive physical culture, adaptive sport, adaptive physiological education, adaptive motor recovery, adaptive physical recovery.

MOSLASHUVCHAN JISMONIY MADANIYAT VA SPORT

Shokirov Kamol Fazlievich

Buxoro davlat tibbiyot instituti

✓ Rezume

Maqolada nogironligi bo'lgan shaxslar uchun jismoniy tarbiya va sport haqida ma'lumot berilgan. Tadqiqotning nazariy asosini normativ-huquqiy hujjatlar materiallari, shuningdek, ilmiy adabiyotlar tashkil etadi. Tadqiqotning uslubiy asosini tahlil va sintez, kuzatish va taqqoslash usullari, tizimli va tarixiy usullar, huquqiy modellashirish usullari tashkil etadi.

Kalit so'zlar: adaptiv jismoniy madaniyat, adaptiv sport, adaptiv fiziologik ta'lim, adaptiv vosita tiklanishi, adaptiv jismoniy tiklanish

Актуальность

В настоящее время человек, его культура, образование, научное развитие, здоровье, личностные качества рассматриваются не только как средство, инструмент той или иной деятельности по преобразованию природы и общества, но прежде всего как цель, результат, смысл этих преобразований и существование самого общества. Это обусловлено сменой парадигмы развития общества, господствовавшей в нашей стране в течении десятилетий, на новую концептуальную систему взглядов, в соответствии с которой именно человек со всеми его уникальными свойствами и особенностями образует центр теоретического осмысления социальных явлений. В свою очередь, такая переоценка роли личности в развитии нашего

общества связана с происходящими процессами гуманизации, демократизации, либерализации, увеличение гласности. Именно эти процессы вскрыли одну из самых сложных проблем современности – проблему инвалидности, привлекли к ней внимание широких слоев населения нашей страны, включая политиков, ученых, общественных деятелей, работников средней и высшей школы. Опыт применения средств и методов физической культуры в работе с людьми, имеющими отклонения в состоянии здоровья, включая инвалидов, накоплен в лечебном и образовательном направлениях (особенно в специальном образовании), что приводит к смещению центра тяжести совокупности проблем этого вида социальной практики именно в эти направления. Поэтому очень часто адаптивную физическую культуру трактуют как часть лечебной физической культуры или сводят ее только к адаптивному физическому воспитанию в специальных (коррекционных) образовательных учреждениях для детей с отклонениями в развитии. Признавая бесспорные достижения отечественных специалистов в обозначенных направлениях, это является неверным суждением функций такого емкого и широкого социального феномена, которым является АФК.

При этом доминирование многочисленных научных исследований частных проблем АФК приводит к вполне естественному дублированию, преобладанию в этих работах методов исследования той или иной устоявшейся области знаний и безусловному снижению эффективности проводимых исследований и, особенно, распространению и внедрению в практику результатов научных изысканий и передового опыта педагогов – новаторов.

Цель данной работы – обобщить достаточно разрозненные сведения об АФК как важнейшего научного познания. Для достижения поставленной цели, будут решены следующие задачи:

- рассмотреть АФК как интегративную науку;
- рассмотреть основные концепции теории АФК;
- рассмотреть цели и задачи АФК;
- рассмотреть компоненты АФК.

АФК интегрирует в себе как минимум три крупных области знания – физическую культуру, медицину, коррекционную педагогику – и большое количество учебных и научных дисциплин: теорию и методику ФК, теорию и методику отдельных ВС и их групп, теорию и методику ФВ, двигательной рекреации и физической реабилитации; анатомию, физиологию, биохимию, биомеханику, гигиену, общую и частную патологию, тератологию, психологию болезни и инвалидности, специальную психологию, специальную педагогику, психиатрию, психоконсультирование. Необходимость объединения в единый исследовательский коллектив представителей ФК, медицины, коррекционной педагогике приводит к различным трактовкам сущности АФК, что предопределяет научными предпочтениями научных работников, их предшествующим опытом работы. Так, например, в среде специалистов и научных работников, и особенно в массовом сознании, доминирует представление о тождественности АФК и ЛФК или физической реабилитации. На самом деле, как показывает международный опыт и отечественная практика, прежде всего в области адаптивного спорта (или спорта инвалидов), это совсем не так. АФК представляет собой значительно более емкий и широкий научный и социальный феномен, целью которого является социализация или ресоциализация личности инвалида или человека с отклонениями в состоянии здоровья, поднятие уровня качества их жизни, наполнение ее новым содержанием, смыслом эмоциями, чувствами, а не только их лечение помощью тех или иных физических упражнений или физиотерапевтических процедур. Одним из важнейших требований сегодняшнего дня является разработка методологических основ АФК, фундаментализация образования в этой области. Основная проблема здесь состоит не в накоплении и объединении знаний по ФК, медицине, коррекционной педагогике и большому количеству перечисленных ранее учебных и научных дисциплин, а в создании, по существу, нового знания, являющего собой результат взаимопроникновения знаний каждой из названных областей и дисциплин. Задача эта архисложная, но именно ее решение позволит рассмотреть человека с отклонениями в состоянии здоровья (в том числе имеющего ту или иную инвалидность) целостно; преодолевать так называемый дихотомический подход к изучению его сущности, когда он «расчленяется» на отдельные субстанции конкретных наук. Теория АФК как наука исследует содержание, структуру, функции АФК, ее цель, принципы, задачи и средства, особенности деятельности занимающихся и специалистов в этой области; разрабатывает понятийный аппарат, а также изучает цели, задачи, методы, содержание различных компонентов (видов) АФК, обосновывает

и проверяет на практике ее новые виды и формы, направленные на удовлетворение разнообразных потребностей лиц с отклонениями в состоянии здоровья, включая инвалидов. Одной из главных проблем теории АФК является проблема изучения потребностей, мотивов, интересов, ценностных ориентаций лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов, особенностей их личности и индивидуальности; проблема исследования процесса формирования и корректировки аксиологической концепции жизни данной категории населения страны, преодоление психологических комплексов с помощью средств и методов АФК.

Теория АФК должна раскрыть ее сложные взаимосвязи с другими областями науки и практики общества – здравоохранением, образованием, социальным обеспечением, ФК и др., а также разработать технологии формирования готовности общества к принятию инвалидов как равноправных его членов, обладающих самооценностью и огромным творческим потенциалом в самых различных видах человеческой деятельности.

Важнейшей проблемой теории АФК является изучение особенностей умственного, нравственного, эстетического, трудового воспитания в процессе занятий физическими упражнениями. В связи с многообразием наук, изучающих человека в разных аспектах, необходимо выделить те опорные концепции, которые являются существенными для формирования личности человека с ограниченными возможностями, его духовного и физического развития, социализации и интеграции в обществе.

Цель такого подхода – не собирание фактов из разных областей человеческих знаний, а определение соотносимости теорий, установление базисных, междисциплинарных взаимосвязей в интересах создания теории и методологии дисциплины, носящей полифункциональный характер.

Важнейшими, имеющие определяющее значение для людей с каким-либо нарушениями и для формирования теории АФК, являются следующие *опорные концепции*:

- во-первых, утверждение человека как высшей ценности на земле независимо от здоровья; нет ни чего дороже, чем жизнь человека, приоритета человека как высшей ценности образования и культуры;
- во-вторых, понимание человека как целостной неделимой сущности, в которой интегрируется биологическое и духовное, психосоматическое и социокультурное единство;
- в-третьих, признание человека как личности, уникальность которой определяется сплавом врожденных особенностей, влиянием среды обитания, в которой она формируется, своеобразием телесной и психической организации, темперамента, интеллектуального потенциала, потребностей, задатков, способностей и т.п.;
- в-четвертых, признание личности как существа свободного, одухотворенного, нравственного, природной основой которого является добро, чувства справедливости, сострадания, милосердия;
- в-пятых, способность личности к самопознанию, саморазвитию, самореализации и творчеству во всех сферах жизни деятельности, в том числе ФК.

Цели и задачи адаптивной физической культуры Для многих инвалидов АФК является единственным способом «разорвать» замкнутое пространство, войти в социум, приобрести новых друзей, получить возможность для общения, полноценных эмоций, познания мира и т.д. и т.п. Именно здесь, зачастую впервые в своей жизни, они познают радость движения, учатся побеждать и достойно переносить поражения, осознают счастье преодоления себя и каждой клеточкой своего тела ощущают философию «честной игры»...

Цель АФК как вида ФК – максимально возможное развитие жизнеспособности человека, имеющего устойчивые отклонения в состоянии здоровья и (или) инвалидность, за обеспечения оптимального режима функционирования отпущенных природой и имеющихся в наличии (оставшихся в процессе жизни) его телесно-двигательных характеристик и духовных сил, их гармонизации для максимально возможной самоактуализации в качестве социально и индивидуально значимого субъекта.

Задачи, решаемые в АФК, должны ставиться исходя из конкретных потребностей каждого человека; приоритет тех или иных задач во многом обуславливаются компонентом (видом) АФК, учебным материалом, материально-техническим обеспечением образовательного процесса и другими факторами.

В самом обобщенном виде задачи в АФК можно разделить на две группы.

Первая группа задач вытекает из особенностей занимающихся – лиц с отклонением здоровья и (или) инвалидов. Это коррекционные, компенсаторные и профилактические задачи.

Говоря о коррекционных задачах, тут имеют в виду нарушения (дефекты) не только опорно-двигательного аппарата (осанка, плоскостопие, ожирение и т.п.), но и сенсорных систем (зрения, слуха), речи, интеллекта, эмоционально-волевой сферы, соматических функциональных систем и др.

Вторая группа – образовательные, воспитательные, оздоровительно-развивающие задачи – наиболее традиционные для АФК

Исходя из потребностей лиц с отклонением в состоянии здоровья и инвалидов, можно выделить следующие компоненты (виды) АФК.

Адаптивное физическое воспитание (образование) – компонент (вид) АФК, удовлетворяющий потребности индивида с отклонениями в состоянии здоровья в его подготовке к жизни, бытовой и трудовой деятельности; в формировании положительного и активного отношения к АФК.

Адаптивный спорт – компонент (вид) АФК, удовлетворяющий потребности личности в самоактуализации, в максимально возможной самореализации своих способностей, сопоставлении их со способностями других людей; потребности в коммуникативной деятельности и социализации.

Адаптивная двигательная реакция – компонент (вид) АФК, позволяющий удовлетворить потребности человека с отклонениями в состоянии здоровья (включая инвалида) в отдыхе, развлечении, интересном проведении досуга, смене вида деятельности, получении удовольствия, в общении.

Адаптивная физическая реабилитация – компонент (вид) АФК, удовлетворяющий потребность индивида с отклонением в состоянии здоровья в лечении, восстановлении у него временно утраченных функций (помимо тех, которые утрачены или разрушены на длительный срок или навсегда в связи с основным заболеванием, например, являющимся причиной инвалидности).

Креативные (художественно-музыкальные) телесно-ориентированные практики АФК – компонент (вид) АФК, удовлетворяющий потребности человека с отклонениями в состоянии здоровья (включая инвалида) в самоактуализации, творческом саморазвитии, самовыражении духовной сущности через движение, музыку, образ (в том числе художественный), другие средства искусства.

Экстремальные виды двигательной активности – компонент (вид) АФК, удовлетворяющие потребности лиц с отклонением в состоянии здоровья в риске, повышенном напряжении, потребности испытать себя в необычных, экстремальных условиях, объективно и (или) субъективно опасных для здоровья и даже для жизни.

Все функции АФК реализуются через деятельность: движение – двигательные действия (физические упражнения) – двигательная активность – двигательная (физкультурная) деятельность, в основе которой лежат деятельностные способности занимающихся, полученные ими от природы, но ограниченные влиянием той или иной патологии. Деятельность в сфере АФК столь разнообразна, что выходит далеко за рамки непосредственных занятий ФУ, где осуществляются педагогические функции, и вступает в различные социальные отношения с другими институтами, общественными явлениями и процессами, формирующие социальные функции.

Во избежание разномасштабности рассмотрения функций в АФК выделены группы функций: *педагогические*, свойственные только ей и реализуемые в процессе занятий ФУ, и *социальные* как результат совместной деятельности с другими социальными институтами (учреждениями соцзащиты, специального образования, медико-психолого-педагогической помощи, родителями и др.). При этом выбраны не все известные функции, а лишь те, которые имеют приоритетное значение данной категории лиц.

1. Педагогические функции:

- коррекционно-компенсаторная;
- профилактическая;
- образовательная;

- развивающая;
 - воспитательная;
 - ценностно-ориентационная;
 - лечебно-восстановительная;
 - профессионально-подготовительная;
 - рекреативно-оздоровительная;
 - гедонистическая;
 - спортивная и соревновательная.
2. Социальные функции:
- гуманистическая;
 - социализирующая;
 - интегративная;
 - коммуникативная;
 - зрелищная и эстетическая.

Принципы являются составной частью методологии и представляют собой базовые теоретические положения, объективно отражающие сущность, фундаментальные закономерности обучения, воспитания, всестороннего развития личности, отношение общества к процессу, меру взаимодействия педагога и занимающихся. Принципы служат ориентиром для конструирования практики, профессионального выстраивания технологий в соответствии с целями АФК.

1. Социальные принципы отражают педагогические детерминанты культурного и духовного развития личности и общества в целом, включая инвалидов и лиц с ограниченными функциональными возможностями, а также существующие противоречия.

- Принцип гуманистической направленности;
- Принцип непрерывности физкультурного образования;
- Принцип социализации;
- Принцип интеграции;
- Принцип приоритетной роли социума.

2. Общеметодические принципы. Процесс неспециального физкультурного образования лиц с ограниченными возможностями и инвалидов подчинен общим дидактическим закономерностям, которые одинаково важны для решения задач, воспитания, обучения, развития личности. Успех педагогической деятельности определяется не только нравственными, правовыми, этическими категориями, но главное – профессиональной компетентностью, научной обоснованностью учебных программ, особенно авторских, которые часто используются в практике АФК.

- Принцип научности;
- Принцип сознательности и активности;
- Принцип наглядности;
- Принцип систематичности и последовательности;
- Принцип прочности.

3. Специально-методические принципы – это принципы АФК на основе интеграции принципов смежных дисциплин и законов онтогенетического развития. Доминирующим является теоретические концепции специалистов и ученых в области специальной психологии, специальной педагогики и ее разделов: тифлопедагогики, олигофренопедагогики, сурдопедагогики, логопедии.

- Принцип диагностирования;
- Принцип дифференциации и индивидуализации;
- Принцип коррекционно-развивающей направленности педагогического процесса;
- Принцип компенсаторной направленности педагогических воздействий;
- Принцип учета возрастных особенностей;
- Принцип адекватности, оптимальности и вариативности педагогических воздействий.

Заключение

АФК как новая для интегративная область образования, науки, культуры, социальной практики имеет большие перспективы. Это обусловлено неудовлетворительным состоянием

здоровья населения нашей страны и невозможностью кардинально изменения ситуации без пересмотра всей политики государства, менталитета ее руководителей и широких слоев населения по отношению к ФК, в том числе адаптивной, здоровому образу жизни.

Огромными перспективами научно-исследовательской работы в области АФК, объединяющей в себе такие области знаний, как ФК, медицина, коррекционная педагогика и большое количество других научных дисциплин.

Последние два компонента (вида) АФК самым тесным образом связаны с творчеством человека, нетрадиционными способами ее самоактуализации, с искусством.

Особенно важным направлением развития АФК является внедрение аксиологической личностно-ориентированной концепции отношения общества к инвалидам и лицам с отклонениями в состоянии здоровья. А это не возможно без активного участия средств массовой информации и коммуникации, формирования информационного пространства АФК.

Повсеместное внедрение в жизнь АФК как важнейшей области социальной практики позволит поднять на новый качественный уровень всю систему комплексной реабилитации инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья, их интеграции в обществе. А это, в свою очередь, обеспечит новый уровень качества жизни каждого человека нашей страны.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ:

1. Шокиров Камол Фазлиевич Физическое воспитание студентов медицинского вуза //Новый день в медицине 1(33)2021 58-60 <https://cutt.ly/szqxGCp>
2. Усачев Н.А. Организация дистанционного обучения в вузах по циклу дисциплины «Физическая культура и спорт» в условиях пандемии -2020.-№7
3. Велитченко В.К. Физкультура для ослабленных детей. – М.: Тера-Спорт, 2000. – 166 с.
4. Теория и организация АФК: учебник. В 2 т. Т. 1: Введение в специальность. История, организация и общая характеристика АФК / Под общей ред. Проф. С.П. Евсеева. – 2-е изд., испр. и доп. – М.: Советский спорт, 2005. – 296 с.

Поступила 09.09.2022