

*Козубей Петро Сидорович,
Національний університет «Києво-Могиланська академія»,
кандидат педагогічних наук, доцент.
Збанацький Сергій Васильович,
Національний університет «Києво-Могиланська академія»,
старший викладач*

СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ ФІЗКУЛЬТУРНО-РЕАБІЛІТАЦІЙНОЇ РОБОТИ З ІНВАЛІДАМИ

Анотація. Багаторічна практика роботи з інвалідами показує, що найбільш ефективним методом зменшення фізичної та соціально-психологічної неповноцінності даного контингенту є реабілітація засобами фізичної культури і спорту. Систематичні заняття не тільки підвищує адаптацію інвалідів до життєвих умов, але й розширюють їх функціональні можливості, допомагаючи оздоровленню організму.

Важливим моментом, який визначає ефективність процесу фізичного виховання для осіб з вадами здоров'я, — це створення свідомої мотивації до занять фізичною культурою і спортом, яке пов'язане з психічною реабілітацією, в основі якого лежать суто особисті, індивідуальні схильності і потреби.

Abstract. Our practice work with people with disabilities shows that the most effective method of reducing the physical, social and psychological inadequacy of the contingent is rehabilitation with methods of physical culture and sports. Systematic classes not only improve adaptation to the living conditions of the disabled people, but also extend their functionality, helping the recovery of the body.

An important factor that determines the effectiveness of physical education for people with disabilities — is a creation of conscious motivation for physical training and sports, that is associated with mental rehabilitation, which is based on purely personal, individual inclinations and needs.

У енциклопедичній літературі інвалідність трактується як стійке порушення (зниження або втрата) загальної або професійної працездатності внаслідок захворювання чи травми або як статичний показник, що характеризує здоров'я населення (відношення числа людей до пенсійного віку зі стійкою втратою працездатності до загальної кількості населення).

Розглядаючи питання реабілітації інвалідів, не слід розуміти інвалідність лише у фізичному аспекті, тобто обмеженні руховою

діяльності. Сміслові поле цієї проблеми значно ширше і, насамперед, включає соціально-психологічні аспекти, котрі повинен враховувати педагог, що працює з даною категорією населення. Це обумовлене ще й тим, що у понятті «здоров'я» одним з найголовніших є психічний компонент.

На сьогодні перед науковцями стоїть проблема пошуку найбільш ефективних шляхів зменшення фізичної та соціально-психологічної неповноцінності інвалідів різних нозологій. До найефективніших засобів як соціально-психологічної так і фізичної реабілітації інвалідів відносять заняття фізичною культурою і спортом. Найяскравішим прикладом згуртування інвалідів, що активно піклуються про свою соціальну і фізичну значущість, навколо спорту є Паралімпійський рух. Нині цей рух настільки широкий, що дозволяє проводити як національні і міжнародні змагання, так і спеціальні Паралімпійські ігри.

Якщо перші Паралімпійські ігри (Рим, 1960 р.) зібрали 300 спортсменів-інвалідів з 10 країн то в XV іграх у 2016 році в Ріо-де-Жанейро взяли участь 4350 спортсменів-інвалідів з 176 країн світу. У даний час інваліди-спортсмени усього світу об'єднані в 6 міжнародних спортивних організацій: міжнародна спортивна організація глухих (створена в 1924 р.); міжнародна спортивна федерація інвалідів-колясочників (створена в 1952 р.); міжнародна спортивна організація інвалідів з дефектами опорно-рухового апарата (створена в 1964 р.); міжнародна асоціація спорту для людей з порушенням інтелекту (створена в 1968 р.); міжнародна спортивна організація людей з наслідками дитячого церебрального паралічу (створена в 1978 р.); міжнародна спортивна організація сліпих (створена в 1980 р.).

Спортивна робота серед інвалідів України стала інтенсивно розвиватись після участі об'єднаної команди інвалідів-спортсменів СНД у Паралімпійських іграх в Барселоні у 1992 р., де спортсмени СНД завоювали 17 золотих, 14 срібних і 15 бронзових медалей. У 1996 році у м. Атланті українська команда інвалідів уперше самостійно й успішно виступила в Паралімпійських іграх. І, нарешті, тріумфальний виступ нашої збірної в Ріо-де-Жанейро: 41 золота, 37 срібних і 39 бронзових медалей та третє місце в загальнокомандному заліку. Наші команди інвалідів-спортсменів постійно беруть участь у чемпіонатах світу і Європи та інших міжнародних змаганнях з зимових та літніх видів спорту.

На думку фахівців є один важливий момент, який визначає ефективність процесу фізичного виховання для осіб з вадами здоров'я, — це створення свідомої мотивації до занять фізичної куль-

турою і спортом, яке пов'язане з психічною реабілітацією, в основі якого лежать суто особисті, індивідуальні схильності і потреби.

У самому процесі навчання руховим діям інвалідів з ушкодженнями ОРА виділено ряд особливостей: поступовість у оволодінні руховими діями; формування широкого діапазону рухових умінь; важливість встановлення емоційного контакту шляхом спілкування (використання схвалень, прояв участі до проблем інваліда); використання раціональної психотерапії (роз'яснення, переконання) для подолання почуття власної неповноцінності, оптимальний ефект досягається поєднанням образно-наочної демонстрації із вербальними методами психорегуляційної спрямованості.

Кравченко І.П.

студентка магістратури спеціальності «Фізична реабілітація»

Полтавського інституту економіки і права.

Науковий керівник: Волошко Лариса Борисівна, к.пед.н.,

доцент кафедри фізичної реабілітації та фізичного виховання

ФІЗИЧНА РЕАБІЛІТАЦІЯ В СИСТЕМІ ВІДНОВЛЕННЯ ПРАЦЕЗДАТНОСТІ СПОРТСМЕНІВ-ІНВАЛІДІВ З ПОРУШЕННЯМИ ЗОРУ

Анотація. В останні десятиріччя особлива увага приділяється проблемі соціальної та фізичної реабілітації спортсменів-інвалідів засобами адаптивного фізичного виховання та спорту з метою відновлення їхнього здоров'я, залучення до суспільно-корисної діяльності. У відповідності до сформульованих принципів, визначеної мети, завдань, умов, специфічних суб'єктів впливу нами запропоновано експериментальну методику комплексного застосування фізичної реабілітації для відновлення працездатності плавців високої кваліфікації із порушеннями зору в спорті інвалідів. При вимушеному обмеженні фізичних можливостей пріоритет цінностей спортсменів-інвалідів спрямовано на активну фізичну діяльність. Тому отримані результати вказують на перевагу експериментальної методики комплексного використання методів фізичної реабілітації із включення процедури «Ice bath» для відновлення працездатності плавців із порушеннями зору високої кваліфікації у передзмагальному періоді підготовки у порівнянні з традиційною.

Аnotatsiya. In the last decade, special attention is paid to social and physical rehabilitation of athletes with disabilities by means of adaptive physical education and sport in order to restore their health, involvement in socially useful activities. In accordance with the principles set out defined goals,