

ЗНАЧЕННЯ АДАПТИВНОЇ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ У СОЦІАЛІЗАЦІЇ ЛЮДЕЙ З ОБМЕЖЕНИМ СТАНОМ ЗДОРОВ'Я

Сьогодні життя людини неможливо уявити без змін у соціальній сфері, головним орієнтиром якої є стан духовного, психічного і фізичного здоров'я. У Національній доктрині розвитку фізичної культури і спорту підкреслюється, що здоровий спосіб життя є чинником, що визначає довге активне життя, соціальне, біологічне й психічне благополуччя громадян [1].

Але останнім часом у більшості країнах світу зростає чисельність людей з обмеженим станом здоров'я (інвалідів).

Це пов'язано з тим, що ускладнюється процеси виробництва, збільшується кількість транспорту, виникають воєнні конфлікти, погіршується екологія та ін. Тому виникає потреба у розвитку адаптивної фізичної культури, тобто фізичної культури, адаптованої к особливостям людей, що мають порушення у розвитку й обмежені фізичні можливості. Для таких людей адаптивна фізична культура є могутнім чинником соціалізації у суспільство.

Робота виконана згідно плану науково-дослідної роботи кафедри теорії і методики фізичного виховання Луганського національного університету імені Тараса Шевченка.

Проблемі значення адаптивної фізичної культури у соціалізації людей з обмеженим станом здоров'я присвячені праці зарубіжних та вітчизняних науковців. Зокрема, дослідження С. Антонюк присвячені адаптивному вихованню у практиці спортивно-оздоровчої; Т. Бегідова розглядала види адаптивної фізичної культури та організацію й особливості проведення тренувального процесу й змагань серед інвалідів; Е. Ярська-Смірнова, Е. Наберушкіна вивчали соціалізацію інвалідів; проблему адаптивного фізичного виховання розглядає Т. Круцевич та ін.

Метою нашого дослідження виступає проблема значення адаптивної фізичної культури в соціалізації інвалідів і людей з відхиленнями у стані здоров'я, виходячи з якої надамо коротку характеристику адаптивній фізичній культурі та означимо місце адаптивної фізичної культури в соціалізації інвалідів і людей з відхиленнями у стані здоров'я.

Стан людей з обмеженими можливостями, обумовлений стійкими структурним і функціональними змінами організму, в даний час охоплює більше 800 мільйонів чоловік, що складає не менше 10 % населення планети. На цьому фоні одним з серйозних підсумків гуманізації суспільного розвитку кінця ХХ - початку ХХІ ст. стало зростання значущості соціалізуючих практик стосовно осіб з обмеженими можливостями. У числі найважливіших напрямків роботи з даною категорією населення є адаптивна фізична культура (АФК) і спорт. Із цим явищем сьогодні пов'язані численні очікування в розвитку системи комплексної реабілітації інвалідів і перспективи забезпечення умов для всебічного розвитку осіб з відхиленнями в стані здоров'я.

Людина з обмеженим станом здоров'я має функціональні ускладнення в результаті захворювання, відхилень або недоліків у розвитку, у стані здоров'я, зовнішності, у наслідок не пристосованості зовнішнього середовища до їх потреб, а також будь якого упередження суспільства з відношення до себе. Тому сучасне населення планети повинно усвідомити наявність інвалідів й необхідність надання для них нормальних умов життя.

С. Євсєєв та Л. Шапкова розглядають соціалізацію з двох сторін: з одного боку це процес, що включає засвоєння інвалідом соціального досвіду шляхом входження у соціальне середовище, систему соціальних зв'язків; а з іншого – процес активного

відтворення системи соціальних зв'язків особистості за рахунок її активної діяльності, її включення в соціальне середовище. Успішна соціалізація припускає ефективну адаптацію людини у суспільстві [2].

Особливість будь якої культури є творчий початок. Тому можна говорити, що адаптивна фізична культура, як нова навчальна дисципліна являє собою творчу діяльність, мета якої перетворення людської природи, «окультурювання» тіла, його оздоровлення, формування інтересів, мотивів, потреб, звичок, розвиток вищих психічних функцій, виховання й самовиховання особистості, самореалізація особистих здібностей.

Треба зазначити, що велике значення у соціалізації інвалідів відіграє саме адаптивна фізична культура. Адаптивна фізична культура це соціальний феномен, мета якого полягає у налагодженні й закріпленні соціальних зв'язків людини, яка раніше мала обмежений доступ або зовсім не була включена у соціальний процес, залучення її до повноцінного життя, що наповнене новим змістом, емоціями, почуттями.

Тобто, адаптивна фізична культура – це скоріше, не метод лікування, а спосіб переключення уваги інвалідів із хвороби на спілкування, активний відпочинок і розвагу.

Л. Шапкова розглядає адаптивну фізичну культуру як частину загальної культури, підсистему фізичної культури, однією із сфер соціальної діяльності, що спрямована на задоволення потреб особистості з обмеженими можливостями у руховій активності, в становленні, збереженні й підтримці здоров'я, особистісного розвитку, самореалізації фізичних і духовних сил, з метою покращення якості життя, соціалізації й інтеграції у суспільство [3].

Адаптивна фізична культура, на думку С. Євсєєва, являю собою ширше поняття у порівнянні з лікувальною фізичною культурою й фізичним вихованням дітей, які мають відхилення у стані здоров'я. Вона включає в себе, крім названих спрямувань, адаптивний спорт, адаптивну рухову рекреацію, адаптивне фізичне виховання учнів і студентів спеціальних медичних груп загальноосвітніх навчальних закладів. Також виділяють креативні (художньо-музикальні) й екстремальні види адаптивної рухової діяльності [4].

У роботах вище означеного автора розглядаються характеристики адаптивної фізичної культури з точки зору взаємодії світосприймального, інтелектуального і тілесно-фізичного компонентів; як діяльності (та її значущих результатів) результатом якої є готовність людини з відхиленнями у стані здоров'я, включаючи інвалідів, до життєдіяльності Адаптивна фізична культура, на його думку це система вдосконалення й гармонізації усіх сторін та властивостей людини з відхиленнями у стані здоров'я (фізичних, інтелектуальних, емоціонально-вольових, естетичних, етичних й ін.) за допомогою фізичних вправ, природничо-середовищних і гігієнічних чинників; як специфічний процес, результатом якого є оптимізація стану та розвитку людини у процесі комплексної реабілітації й соціальної інтеграції.

Завдання адаптивної фізичної культури саме й полягають у максимальному відволіканні від своїх хвороб й проблем у процесі змагальної або рекреаційної діяльності людей з обмеженням у здоров'ї, що передбачає спілкування, розваги, активний відпочинок та інші форми нормального життя.

У людей з відхиленнями у стані здоров'я адаптивна фізична культура формує:
усвідомлене ставлення до своїх сил у порівнянні з силами середньостатистичної здорової людини;

здатність до подолання не лише фізичних але й психічних бар'єрів, що перешкоджають повноцінному життю;

компенсаторні навички, тобто дозволяють використовувати функції різних систем і органів замість тих, що відсутні;

здатність до подолання необхідних для повноцінного функціонування у суспільстві фізичних навантажень;

потребу бути здоровим, як це може бути, та вести здоровий спосіб життя;

осмислення необхідності особистісного вкладу у життя суспільства; бажання облагороджувати свої особистісні якості;

збільшувати свою розумову та фізичну працездатність.

Одним з компонентів, або видом адаптивної фізичної культури є адаптивний спорт, що задовольняє потреби особистості у самоактуалізації, у максимально можливій самореалізації своїх здібностей, співставлення їх із здібностями інших людей, потреби у комунікативній діяльності й у соціалізації. При багатьох захворюваннях й видах інвалідності адаптивний спорт є, практично, єдиною можливістю задоволення одної з головних потреб людини – це потреба в само актуалізації та соціалізації.

Головним завданням адаптивного спорту є формування спортивної культури інваліда, залучення його до суспільно-історичного досвіду у даній сфері, засвоєння мобілізаційних, технологічних, інтелектуальних та інших цінностей фізичної культури.

Таким чином, соціальна значущість адаптивної фізичної культури полягає у розвитку, збереженні й підтримці тілесного, психічного, морального й духовного здоров'я людини, що має обмеження у стані здоров'я.

Подальшого розвитку потребує вивчення проблеми соціально- трудової адаптації та інтеграції інвалідів у суспільство.

Література

1. Про Національну доктрину розвитку фізичної культури і спорту – [Режим доступу до доктрини] : <http://osvita.Ua/legislation/law/2766>;

2. Евсеев С. П. Адаптивная физическая культура : учеб пособие / С. П. Евсеев, Л. В. Шапкова. – М. : Советский спорт, 2000. – 240 с.;

3. Частные методики адаптивной физической культуры: учеб. пособие / под ред. Л. В. Шапковой. – М. : Советский спорт, 2003. – 235 с.;

4. Евсеев С. П. Адаптивная физическая культура и функциональное состояние инвалидов : учеб. пособие / С. Ф. Курдыбайло, А. С. Солодков, О. В. Морозова ; под ред. С. П. Евсеева, А. С. Солодкова. – Спб. : СПбГАФК, 1996. – 95 с.

Соколенко Е. И. Значение адаптивной физической культуры в социализации людей с ограниченными возможностями в состоянии здоровья.

Люди с ограниченными возможностями в состоянии здоровья имеют функциональные затруднения в результате заболевания, отклонений или недостатков в развитии, в состоянии здоровья, внешности, вследствие неприспособленности внешней среды к их потребностям, а так же любого упреждения

В статье рассмотрено значение, цель и задачи адаптивной физической культуры в социализации инвалидов и людей с отклонениями в состоянии здоровья.

Ключевые слова: адаптивная физическая культура, социализация, человек с ограниченным состоянием здоровья.

Соколенко О. І. Значення адаптивної фізичної культури у соціалізації людей з обмеженим станом здоров'я.

Людина з обмеженим станом здоров'я має функціональні ускладнення в результаті захворювання, відхилень або недоліків у розвитку, у стані здоров'я, зовнішності, у наслідок не пристосованості зовнішнього середовища до їх потреб, а також будь якого упредження суспільства з відношення до них.

У статті розглядається значення, мета та завдання адаптивної фізичної культури в соціалізації інвалідів й людей з відхиленнями у стані здоров'я.

Ключові слова: адаптивна фізична культура, соціалізація, людина з обмеженим станом здоров'я.

Sokolenko H. I. Value of adaptive physical culture in socialization of people with the special needs in a state of health.

People with the limited possibilities in a state of health have functional difficulties as a result of disease, declining or failings in development, in a state of health, exterior, because of maladjustment of external environment to their necessities, and similarly any forestalling

In the article the value, purpose and tasks of adaptive physical culture, is considered in socialization of invalids and people with declining in a state of health.

The value of adaptive physical culture in socialization of people with the special needs are considered in the article.

Key words: adaptive physical culture, socialization, people with the special needs.