

УДК 378:798.011

DOI: 10.26140/anip-2020-0902-0012

УСЛОВИЯ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ ПРОЦЕССА ИНДИВИДУАЛИЗАЦИИ НА ЗАНЯТИЯХ С ЮНЫМИ ФЕХТОВАЛЬЩИКАМИ НА КОЛЯСКАХ

© 2020

SPIN-код: 7738-2979

AuthorID: 996462

Горохова Наталья Петровна, преподаватель кафедры теории и методики
адаптивной физической культуры

*Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)
(105122, Россия, Москва, Сиреневый бульвар, 4, e-mail: Gorokhova_natalia@mail.ru)*

Аннотация. В теории и методике физического воспитания индивидуализация – это предельный вариант дифференциации, когда учебный процесс строится с учетом особенностей не групп, а каждого отдельно взятого ученика. Это учет в процессе обучения индивидуальных особенностей учащихся во всех его формах и методах, независимо от того, какие особенности и в какой мере учитываются. В последнее время в работах С.П. Евсеева (2016); Л. В. Шапковой (2000), В. П. Жиленковой (2002) и др. пристальное внимание обращается адаптивному спорту, как одному из эффективных средств реабилитации и социализации лиц с ПОДА. Фехтование на колясках является специфическим видом спортивного единоборства. Выполняя действия динамического характера с оружием, спортсмены-инвалиды приобретают не только определенные двигательные навыки и умения, но и развивают и восстанавливают физические качества, воспитывают функциональные способности, такие как, скорость, ловкость, гибкость, общую и специальную выносливость, координационные способности, а также интеллектуальные возможности: у учеников развивается аналитико-синтетическая деятельность высших отделов ЦНС. Таким образом, возникает актуальная проблема: определить наиболее оптимальные пути индивидуальной всесторонней подготовки юных фехтовальщиков, учитывая категорию их заболевания. На основании анализа литературы, рекомендаций специалистов, собственных экспериментальных исследований представляется возможным выявить и описать условия педагогического сопровождения в рамках реализации принципа индивидуализации в подготовке юных фехтовальщиков на колясках, имеющих нарушения опорно-двигательного аппарата. В соответствии с исследованиями и на основе эмпирических данных нами была разработана структура реализации принципа индивидуализации в адаптивном спорте на примере фехтования на колясках с подростками с ПОДА.

Ключевые слова: адаптивный спорт, индивидуализация, дифференциация, фехтование на колясках, подростки с поражением опорно-двигательного аппарата, двигательные способности, физическая подготовленность, педагогическое сопровождение, оружие, технический прием.

CONDITIONS FOR PEDAGOGICAL SUPPORT OF THE PROCESS OF INDIVIDUALIZATION IN CLASSES WITH YOUNG FENCERS IN WHEELCHAIRS

© 2020

Gorokhova Natalia Petrovna, teacher of the Department of Theory and methods of physical education,
sports training, improving and adaptive physical education

*Russian State University of Physical Education, Sport, Youth and Tourism (SCOLIPE)
(105122, Russia, Moscow, Sirenevyy-bulvar, 4, e-mail: Gorokhova_natalia@mail.ru)*

Abstract. In the theory and methodology of physical education, individualization is the ultimate variant of differentiation, when the educational process is built taking into account the characteristics of each individual student, not groups. This is taking into account the individual characteristics of students in all its forms and methods, regardless of what features and to what extent are taken into account. Recently, in the works Of S. p. Evseev (2016); L. V. Shapkova (2000), P. Zhilenkova (2002), and others, close attention is paid to adaptive sports as one of the effective means of rehabilitation and socialization of people with PODA. Wheelchair fencing is a specific type of martial arts. Performing dynamic actions with weapons, disabled athletes acquire not only certain motor skills and abilities, but also develop and restore physical qualities, develop functional abilities, such as speed, dexterity, flexibility, General and special endurance, coordination abilities, and intellectual capabilities: students develop analytical and synthetic activities of the higher departments of the Central nervous system. Thus, there is an actual problem: to determine the most optimal ways of individual comprehensive training of young fencers, taking into account the category of their disease. Based on the analysis of literature, recommendations of experts, own experimental investigations, it is possible to identify and describe the conditions of pedagogical support in the framework of realization of principle of individualization in training young fencers in wheelchairs, with violations of the musculoskeletal device. In accordance with the research and on the basis of empirical data, we have developed a structure for implementing the principle of individualization in adaptive sports on the example of wheelchair fencing with teenagers with disorders of the musculoskeletal system.

Keywords: adaptive sports, individualization, differentiation, wheelchair fencing, adolescents with musculoskeletal disorders, motor skills, physical fitness, pedagogical support, weapons, technical techniques.

ВВЕДЕНИЕ

Одной из острых проблем современного общества является проблема реабилитации и социальной адаптации инвалидов в обществе [1]. Многие исследователи отмечают практическую значимость, ценность занятий адаптивной физической культурой и адаптивным спортом в физической реабилитации, социальной адаптации подростков с нарушениями функций опорно-двигательного аппарата (Евсеев С.П., Рубцова Н.О., Мاستюкова Е.М., Шапкова Л.В., Семенова К.А., Бадалян Л. О., Журба Л. Т., Бортфельд С. А., Левченко И.Ю., Приходько О. Г., Н.М.Махмудова, Э. С. Калижнюк).

Актуальность нашего исследования заключается в необходимости совершенствования методического обеспечения организации учебно-тренировочных занятий с

юными спортсменами с ДЦП, на основе учета особенностей возрастного развития, функционального и психического состояния подростков, связанного с особенностями заболевания [2].

В процессе исследований мы столкнулись с проблемой отсутствия условий индивидуализации и дифференциации в тренировочном процессе в избранных дисциплинах спорта лиц с ПОДА на начальном этапе (В.В. Мелихов, 2007; В.И. Пастухова, 2016; В.О. Осипов, 2006; О.С. Рогов, 2009; Г.М. Юламанова, 2013).

Абсолютное большинство программ и методик по спортивной подготовке лиц с ПОДА не учитывают индивидуальные особенности механизмов основного заболевания или повреждения, вторичных нарушений и сопутствующих заболеваний и его проявлений в ходе

тренировочных занятий, которые могут проявляться неадекватной реакцией функциональных систем на физическую нагрузку, что может осложнять процесс спортивной подготовки.

Построение методики спортивной подготовки на основе реализации принципа индивидуализации к учебно-тренировочному занятию у юных спортсменов-инвалидов, пользующихся инвалидной коляской, на этапе начальной подготовки является актуальной и недостаточно разработанной.

МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

Цель исследования: выявить и обосновать условия эффективности педагогического сопровождения физической подготовки юных фехтовальщиков с ПОДА.

Задачи исследования:

1. Провести теоретико-методологический анализ средств, форм и методов учебно-тренировочных занятий в адаптивном спорте, в том числе при занятиях с подростками с ПОДА.

2. Определить компоненты эффективного педагогического сопровождения индивидуализации тренировочного процесса подготовки юных фехтовальщиков с ПОДА.

Организация исследования

Исследования проводились на базе школы-интерната №31 VI вида для детей с нарушениями функций опорно-двигательного аппарата в рамках работы секции по фехтованию на колясках. Возраст детей, составляющих экспериментальную и контрольную группы, колеблется от 14 до 16 лет. Учебно-тренировочные занятия по данной программе осуществлялись в секционной форме, после урочных занятий в режиме дня школьников общеобразовательной коррекционной школы-интерната.

В секции занимаются подростки со спастической формой детского церебрального паралича и подростки с гемипаретической формой ДЦП.

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

Программа по спортивной подготовке фехтовальщиков на колясках содержит методические основы по организации и обеспечению целостности образовательного процесса, определяет основные стратегические направления развития физических качеств, способов технического и технико-тактического совершенствования. А индивидуальный подход ограничивается только вопросами дифференциации нагрузки и восстановления [8]. При этом недостаточно охарактеризованы условия педагогического сопровождения, особенно на начальном этапе, требующего учета «зоны ближайшего развития» [3], особенностей сенситивного периода, имеющего значительное отставание от нормы у подростков с ПОДА [7].

В существующих программах спортивной подготовки здоровых подростков-фехтовальщиков условия педагогического сопровождения в процессе тренировочной деятельности построены с учетом особенностей сенситивных периодов развития и направлены на оптимизацию методов педагогического воздействия с оценкой динамики физической подготовленности занимающихся. Однако, при работе с подростками с ПОДА требуется рассмотрение коррекционных и компенсаторных аспектов, требующих учета индивидуальных особенностей механизмов основного заболевания или повреждения, наличия вторичных нарушений и сопутствующих заболеваний и их проявлений в ходе тренировочных занятий, которые могут проявляться неадекватной реакцией функциональных систем на физическую нагрузку, что может осложнять процесс спортивной подготовки [5].

Индивидуализация начальной подготовки юных фехтовальщиков на колясках с подростками с ДЦП реализуется через организационно-педагогические условия, выражающихся в определении компонентов, учитывающих индивидуальные особенности развития занимающихся (рисунок 1).

Выработка и реализация каждого из условий соот-

ветствует решению общих задач на определенном этапе учебно-тренировочных занятий.

Перед проведением занятий осуществляется *дифференциальная диагностика*: учет основной патологии, формы и степени заболевания, выраженности вторичных отклонений и сопутствующих заболеваний. Данный метод позволяет оптимально подобрать средства и методы и скорректировать методику в случае необходимости. *Выявление индивидуально-психологических характеристик* подростков проводилось при помощи модифицированного теста «Личностный дифференциал» В.М. Бехтерева [6]. Данные исследования дают нам возможность индивидуализировать и дифференцировать средства и методы педагогического воздействия на тренировочном занятии.

Разработка индивидуальных элементов технических приспособлений обусловлена необходимостью скорректировать имеющиеся патологические установки и позы и выбрать оптимальную «рабочую позу фехтовальщика» (специализированного положения с оружием на коляске), которая позволит выполнять технические приемы и действия с наименьшими энергозатратами. Например, *способы фиксации* оружия в руке зависят от уровня развития мелкой моторики и силы мышц кисти. У занимающихся с выраженным спастическим парезом верхних конечностей на начальном этапе занятий оружие (ручку) приматывали к кисти при помощи эластичного бинта не тугим бинтованием, что позволяло юному фехтовальщику выполнять движения с меньшим мышечным напряжением. *Выбор оружия* (шпага или рапира, французская ручка или пистолет, под левую или правую руку) также был обусловлен степенью нарушения двигательных функций. Поскольку фехтование на рапире – это динамичная, сложно-координационная деятельность с использованием различных технических приемов атаки и защиты, выполняемые с большой скоростью и в условиях предвосхищения действий противника. Это предполагает, что на рапире удобнее заниматься тем ученикам, у которых сформированы навыки изолированного движения рукой и кистью. Фехтование на шпаге более подходит для учеников с гипертонусом мышц по типу спастичности, что позволяет подросткам выполнять фехтовальные приемы и действия в условиях статической нагрузки.

Физическая подготовка для каждого юного фехтовальщика строилась на основании имеющихся двигательных ограничений (контрактура в суставах, мышечный тонус, проявляющаяся спастика, атония, атаксия), возможностей и способностей выполнять упражнения, а также переносить нагрузки индивидуально.



Рисунок 1 - Компоненты организационно-педагогического сопровождения процесса индивидуализации занятий фехтованием на колясках.

Обучение специальным фехтовальным приемам с оружием также осуществлялся исходя из индивидуального уровня психомоторного развития, наличия вторич-

ных отклонений у каждого ученика. По нашим наблюдениям и описаниям отечественных и зарубежных исследователей [5,7] у подростков со спастической диплегией руки приведены к туловищу, кисть пронирована, пальцы сжаты, к тому же при попытке произвольного выполнения движений включаются патологические синергии. Из этого положения трудно выполнять технические приемы и действия. Поэтому обучение фехтовальным приемам проводилось на третьем этапе занятий, после того как была проведена коррекционная работа над устранением патологических положений и поз, сформирован новый двигательный стереотип и одновременно проводилась работа над развитием физических качеств. При обучении использовались методы повтора, в интервалах отдыха выполнялись потряхивания конечностями сидя или лежа на мате с целью снятия мышечного напряжения.

Выработка индивидуальных технических приемов осуществлялась на основе патологических сложных гиперкинезов, особенностей зрительно-моторной реакции. Например, активация тонических рефлексов вызвала выпрямительную реакцию в ногах у подростков со спастической диплегией. Ученик резко отклонялся назад, и из такого положения не рационально выполнять атакующие движения, поэтому вырабатывали навык ответной реакции с действием на оружие противника (преимущество над противником в условиях боя) [8].

Этот процесс у каждого занимающегося имеет индивидуальные особенности и зависит от регуляции ЦНС двигательным, сенсорным анализатором. Обучение данным приемам и действиям, а также коррекции ошибок при выполнении обучаемых движений возможно только на индивидуальном занятии с тренером.

Методические аспекты принципа индивидуализации при работе с подростками с ПОДА охватывают все виды спортивной подготовки на начальном этапе: теоретическую, физическую, технико-тактическую, психологическую и решаются во взаимодействии с коррекционно-оздоровительными задачами. Так как все средства и методы обеспечения тренировочного процесса разработаны и выбраны с учетом всех индивидуальных особенностей занимающихся и, соответственно, исключают возможность срыва адаптации к нагрузке в процессе занятий.

В учебно-тренировочных группах у юных фехтовальщиков на колясках объем тренировочной нагрузки имеет примерно равные величины, а ее интенсивность варьируется исходя из уровня функциональных возможностей. Форма и содержание используемых средств зависят от степени их доступности при выполнении для каждого спортсмена-инвалида и подбираются строго индивидуально.

Все виды подготовки в учебно-тренировочном процессе нацелены на результат, который определяется по итогам оперативного, текущего и медицинского контроля. В зависимости от состояния функциональных систем, определяются меры восстановления для каждого ученика в соответствии с индивидуальным планом реабилитации и абилитации.

В ходе общей начальной подготовки к соревнованиям формируются высокий уровень соревновательной мотивации, соревновательные черты характера, предсоревновательная и соревновательная эмоциональная устойчивость, способность к самоконтролю и саморегуляции.

Мониторинг производится с целью определения динамики показателей и осуществления своевременной коррекции программы спортивной подготовки на начальном этапе.

Решение задач коррекции двигательных функций, вторичных отклонений, ликвидации порочных установок (патологическое положение туловища, конечностей в пространстве) осуществляется при использовании разработанного комплекса упражнений с оружием и без оружия, из различных исходных положений, выполняемых активно и активно-пассивно [2].

За основу формирования исходной модели обучения на начальном этапе приняты средства и методы педагогического воздействия, полученные в результате поискового педагогического эксперимента.

ВЫВОДЫ

Сущность индивидуализации педагогического процесса по данной структуре по нашему мнению состоит в том, чтобы, опираясь на конкретные способности и возможности каждого ученика, создать максимальные условия для его роста. Ведущая роль в организации учебно-тренировочного процесса принадлежит тренеру, специалисту АФК, проводящему в основном фронтальную работу, в процессе которой осуществляется индивидуальный и дифференцированный подход.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ:

1. Лысенко К. Ю., Трифонова А. Д. Исследование динамики детской инвалидности в России за 2000–2015 гг. // Молодой ученый. — 2016. — №14. — С. 359–362.
2. Горохова, Н.П. Методические аспекты развития координационных способностей у юных фехтовальщиков на колясках/Н.П. Горохова, Н.О. Рубцова //Очно-заочная научно-практическая конференция по спортивным единоборствам: электронный сборник научных и научно-методических статей / сост. А.А.Передельский, В.В.Шиян. — Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК). — 2017. — С. 72–78.
3. Выготский, Л.С. Мышление и речь : [монография] / Л. С. Выготский. — М. : Лабиринт, 2007. — 350 с. — (Психоллингвистика).
4. Емельянов, Е.И. Типовая программа по фехтованию на колясках (для организаций и учреждений, занимающихся с детьми-инвалидами или с отклонениями в развитии) [Текст] / Е.И. Емельянов, Ф.Я. Арсланов Г.М. Юламанова, А.Р. Даянова. — Уфа: РИЦ БашИФК, 2009. 80с.
5. Мелентьева Л.М. Физическая реабилитация юных спортсменов с нарушениями опорно-двигательного аппарата. Дисс. ...канд. мед.наук. Москва, 2008. — 164 с.
6. Методика личностного дифференциала (вариант, адаптированный в НИИ им. В.М.Бехтерева) / Фетискин Н.П., Козлов В.В., Мануйлов Г.М. Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп. — М., 2002. С.20–21.
7. Жиленкова, В.П. Организационные основы адаптивной физической культуры инвалидов с поражением опорно-двигательного аппарата: учеб.пособие / В.П. Жиленкова, С.П. Евсеев. СПб.: Санкт-Петербург. гос. акад. физ. культуры им. П.Ф. Лесгафта, 2001. - 83 с.
8. Тышлер Д.А. Белкина Е.Б. Фехтование на колясках. Содержание и методики тренировки. — М.: Человек, 2010. — 144 с.

Статья поступила в редакцию 15.01.2020

Статья принята к публикации 27.05.2020